

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú. TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA

1
Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz
Fruta y pan integral

2
Sopa de estrellas
Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

3
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha
Yogur y pan integral

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas panaderas
Fruta y pan

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

8
Garbanzos estofados con verduras
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

9
Macarrones con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

10
Crema de zanahoria
Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas
Yogur y pan integral

11
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
Fruta y pan

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan integral

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan integral

25
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

29
Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

30
Sopa marinera de pescado y fideos
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

Desde el Equipo directivo, junto con cocina y la empresa Aramark, informamos los cambios que se realizarán en el menú de abril:

- La caballa será reemplazada por merluza o abadejo