

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Septiembre 2024

CERRILLO DE MARACENA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<p><b>2</b></p> <p><b>VACACIONES</b> 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta)</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>VACACIONES</b> 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p>	<p><b>4</b></p> <p><b>VACACIONES</b> 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta)</p>	<p><b>5</b></p> <p><b>VACACIONES</b> 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p><b>6</b></p> <p><b>VACACIONES</b> 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos)</p>	<p><b>7</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p><b>8</b></p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>
<p><b>9</b></p> <p><b>VACACIONES</b> 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p><b>10</b></p> <p>Pasta a la boloñesa Abadejo a la andaluza con ensalada mixta Flan y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.260/780 GT:17 GS:2 HC:119 AZ:32 PROT:46 SAL:2</p>	<p><b>11</b></p> <p>Arroz con verduras y pollo Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:2.943/704 GT:19 GS:3 HC:102 AZ:19 PROT:33 SAL:1</p>	<p><b>12</b></p> <p>Cocido de garbanzos Magro con tomate con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta)</p> <p>VE:3.126/748 GT:18 GS:6 HC:93 AZ:15 PROT:54 SAL:2</p>	<p><b>13</b></p> <p>Crema de zanahoria con picatostes Filete de merluza a la plancha con patatas asadas Fruta de temporada y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.455/587 GT:13 GS:1 HC:85 AZ:25 PROT:30 SAL:2</p>	<p><b>14</b></p> <p>1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta</p>	<p><b>15</b></p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>
<p><b>16</b></p> <p>Crema de verduras con picatostes Albóndigas de ternera en salsa con salteado de verduras Fruta de temporada y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Legumbres y Lácteos)</p> <p>VE:3.179/761 GT:36 GS:10 HC:80 AZ:25 PROT:30 SAL:1</p>	<p><b>17</b></p> <p>Alubias estofadas con verduras Contramuslo de pollo al horno con tomate aliñado Natillas y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:3.079/737 GT:11 GS:3 HC:99 AZ:28 PROT:57 SAL:1</p>	<p><b>18</b></p> <p>Pasta con salsa de tomate con atún Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.008/720 GT:31 GS:5 HC:95 AZ:20 PROT:52 SAL:2</p>	<p><b>19</b></p> <p>Sopa de picadillo Lomo adobado con ensalada mixta Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)</p> <p>VE:2.302/551 GT:16 GS:6 HC:65 AZ:16 PROT:38 SAL:1</p>	<p><b>20</b></p> <p>Lentejas estofadas con verduras Pescado rebozado con patatas panaderas Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:3.254/778 GT:21 GS:2 HC:120 AZ:20 PROT:32 SAL:1</p>	<p><b>21</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p><b>22</b></p> <p>1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>
<p><b>23</b></p> <p>Sopa de jamón Tortilla de patatas con ensalada mixta Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta)</p> <p>VE:2.712/649 GT:20 GS:4 HC:88 AZ:23 PROT:32 SAL:2</p>	<p><b>24</b></p> <p>Macarrones con salsa de tomate Rabas de calamar con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.278/784 GT:32 GS:5 HC:92 AZ:18 PROT:34 SAL:1</p>	<p><b>25</b></p> <p>Crema de calabaza Pollo asado con patatas panaderas Fruta de temporada y pan (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.378/569 GT:10 GS:2 HC:78 AZ:20 PROT:41 SAL:1</p>	<p><b>26</b></p> <p>Arroz con verdura y pescado Magro al ajillo con salteado de verduras Natillas y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.440/823 GT:21 GS:7 HC:109 AZ:25 PROT:47 SAL:2</p>	<p><b>27</b></p> <p>Cocido de garbanzos Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y atún Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos)</p> <p>VE:3.569/854 GT:28 GS:5 HC:116 AZ:25 PROT:37 SAL:3</p>	<p><b>28</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p><b>29</b></p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>
<p><b>30</b></p> <p>Sopa de lluvia Filete de merluza empanada con ensalada mixta Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta)</p> <p>VE:2.993/716 GT:25 GS:2 HC:88 AZ:26 PROT:35 SAL:2</p>						

(\* Recomendación cena (\*\* Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)