MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Abril 2022 COLEGIO: CRA ORBA MUEL

MES: Abril 2022 COLEGIO: CRA ORBA MUEL							
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
				1 Espirales pomodoro (tomate, cebolla, especias) Tortilla francesa de atún Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	2 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	3 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	VE: 3313/793 GT: 27 GS: 4 HC: 101 AZ: 26 PROT: 30 SAL: 1
4 Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) Pollo a la barbacoa Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	Sopa de cocido con pasta Tortilla de patatas con ensalada Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	6 Crema de calabacín Pizza casera de quesos con ensalada Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Lácteos	7 Lentejas estofadas con verduras Filete de merluza en salsa verde (guisante, cebolla, ajo y perejil) Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	8 Arroz con salsa de tomate Salchichas al horno con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	9 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	10 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos	VE: 3294/788 GT: 27 GS: 6 HC: 97 AZ: 24 PROT: 28 SAL: 2
SEMANA SANTA 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	SEMANA SANTA 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	SEMANA SANTA 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos	SEMANA SANTA 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	SEMANA SANTA 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	16 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
SEMANA SANTA 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	Sopa minestrone Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa (cebolla, tomate, pimiento) con ensalada Fruta y pan integral (*) 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Lácteos	Crema de verduras Tortilla americana con ensalada Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Carne con Patatas y Lácteos	21 Judías verdes con refrito Pincho moruno con arroz Yogur y pan integral (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta	Alubias estofadas con verduras Albóndigas de merluza y pota en salsa (guisante, cebolla, zanahoria y orégano) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	23 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta	24 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	VE: 3288/787 GT: 27 GS: 3 HC: 97 AZ: 24 PROT: 30 SAL: 2
25 Crema de zanahoria Tortilla de calabacín con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	Lentejas estofadas con verduras Pollo asado con tomillo con patatas panaderas Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	Arroz con salsa de tomate Filete de merluza en salsa marinera (tomate, cebolla, ajo y especias) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	Sopa de cocido con pasta Cocido completo con ensalada Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	29 Menestra de verduras salteadas Longaniza al horno con ensalada Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Lácteos	30 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta		VE: 3121/747 GT: 26 GS: 5 HC: 90 AZ: 24 PROT: 28 SAL: 1