

MES: Octubre 2024



MAYEX

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>Tienen a su disposición la información de los alérgicos en el teléfono 913751860 y en <a href="mailto:elgustodecrecer@aramark.es">elgustodecrecer@aramark.es</a> según la Ley de Información Alimentaria (Alérgenos), recogida en el Reglamento Europeo 1169/2011</p>	<p><b>1</b></p> <p>Crema de verduras Estofado de pollo con zanahorias y papas Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Chicken stew with carrot &amp; potatoes Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.920/699 GT:21 GS:5 HC:95 AZ:29 PROT:37 SAL:1</p>	<p><b>2</b></p> <p>Potaje de lentejas Tortilla española con ensalada Fruta y pan (sin gluten) Lentil stew Spanish omelette with salad Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.592/620 GT:15 GS:3 HC:103 AZ:26 PROT:27 SAL:3</p>	<p><b>3</b></p> <p>Sopa de pescado Lomo de cerdo en su jugo con panaché de verduras Fruta y pan (sin gluten) Fish soup Roasted pork loin with boiled vegetables Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.574/616 GT:20 GS:6 HC:77 AZ:26 PROT:35 SAL:4</p>	<p><b>4</b></p> <p>Puré de zanahoria Espaguetis con boloñesa de ternera con pasta (sin gluten) Yogur y pan (sin gluten) Carrot purée Spaghetti with beef bolognese with pasta (gluten free) Yoghurt and bread (gluten free)</p> <p>VE:3.252/778 GT:23 GS:6 HC:120 AZ:20 PROT:25 SAL:1</p>
<p><b>7</b></p> <p>Crema de champiñones Filete de merluza al horno con refrito de ajo y balsámico con judías verdes salteadas Yogur y pan (sin gluten) Mushroom cream Oven baked hake fillet with fried garlic and parsley with sautéed green beans Yoghurt and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.930/701 GT:27 GS:7 HC:73 AZ:13 PROT:45 SAL:3</p>	<p><b>8</b></p> <p>Puré de acelgas Macarrones a la amatriciana con pasta (sin gluten) Fruta y pan (sin gluten) Swiss chard purée Macaroni in amatriciana sauce with pasta (gluten free) Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:3.361/804 GT:24 GS:5 HC:133 AZ:32 PROT:21 SAL:3</p>	<p><b>9</b></p> <p>Sopa de ternera (sin gluten) Jamoncitos de pollo al limón con pisto Gelatina y pan (sin gluten) Veal soup (gluten free) Lemon chicken drumsticks with ratatouille Jelly and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.353/563 GT:17 GS:4 HC:63 AZ:21 PROT:41 SAL:1</p>	<p><b>10</b></p> <p>Crema de calabaza Arroz a la cubana Fruta y pan (sin gluten) Pumpkin soup Cuban style rice Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:3.315/793 GT:25 GS:7 HC:121 AZ:26 PROT:26 SAL:3</p>	<p><b>11</b></p> <p>Rancho canario (sin gluten) Abadejo al horno con papas guisadas Fruta y pan (sin gluten) Canary island stew (gluten free) Baked haddock with boiled potatoes Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.554/611 GT:13 GS:3 HC:93 AZ:26 PROT:38 SAL:2</p>
<p><b>14</b></p> <p>Sopa de pollo con fideos con pasta (sin gluten) Lomo al ajillo con zanahoria y guisantes Fruta y pan (sin gluten) Chicken soup with noodles with pasta (gluten free) Tenderloin with garlic with peas &amp; carrot Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.763/661 GT:21 GS:6 HC:91 AZ:32 PROT:31 SAL:4</p>	<p><b>15</b></p> <p>Crema de berros Filete de merluza al horno con papas arrugadas y mojo Yogur y pan (sin gluten) Watercress purée Baked hake with potatoes in their skins &amp; mojo sauce Yoghurt and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.730/653 GT:27 GS:6 HC:70 AZ:9 PROT:33 SAL:3</p>	<p><b>16</b></p> <p>Puré de verduras Paella Fruta y pan (sin gluten) Vegetables purée Paella rice Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.717/650 GT:16 GS:3 HC:114 AZ:27 PROT:17 SAL:1</p>	<p><b>17</b></p> <p>Crema de brócoli y zanahoria Estofado de pollo con salteado de verduras Fruta y pan (sin gluten) Carrot and Broccoli cream Chicken stew with sautéed vegetables Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.897/693 GT:21 GS:6 HC:95 AZ:29 PROT:38 SAL:1</p>	<p><b>18</b></p> <p>Crema de espinacas y manzana Salpicón de atún Fruta y pan (sin gluten) Soup of spinach and apple Tuna salad au vinaigrette Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.500/598 GT:20 GS:4 HC:84 AZ:27 PROT:26 SAL:4</p>
<p><b>21</b></p> <p>Crema de calabaza Pollo en salmorejo con papas dado Fruta y pan (sin gluten) Pumpkin soup Chicken in salmorejo with diced potatoes Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:3.382/809 GT:39 GS:8 HC:82 AZ:26 PROT:40 SAL:2</p>	<p><b>22</b></p> <p>Sopa de fideos con pasta (sin gluten) Lentejas compuestas con arroz Fruta y pan (sin gluten) Noodle soup with pasta (gluten free) Lentil stew with rice Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:3.566/853 GT:14 GS:3 HC:161 AZ:34 PROT:26 SAL:1</p>	<p><b>23</b></p> <p>Crema de zanahoria Abadejo a la marinera con papas guisadas Yogur y pan (sin gluten) Carrot cream Haddock in sauce with boiled potatoes Yoghurt and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.663/637 GT:25 GS:7 HC:75 AZ:16 PROT:37 SAL:2</p>	<p><b>24</b></p> <p>Puré de verduras Albóndigas a la jardinera con salteado de verduras Fruta y pan (sin gluten) Vegetables purée Meatballs with vegetables with sautéed vegetables Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:3.010/720 GT:33 GS:11 HC:85 AZ:30 PROT:27 SAL:1</p>	<p><b>25</b></p> <p>Crema de espárragos Tortilla española con jamón york Gelatina y pan (sin gluten) Asparagus cream Spanish omelette with cooked ham Jelly and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.307/552 GT:17 GS:4 HC:76 AZ:22 PROT:26 SAL:3</p>
<p><b>28</b></p> <p>Sopa de pescado Huevos rotos con jamón con papas fritas Fruta y pan (sin gluten) Fish soup Scrambled eggs with potatoes &amp; ham with french fries Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:3.636/870 GT:54 GS:8 HC:80 AZ:25 PROT:19 SAL:1</p>	<p><b>29</b></p> <p><b>JORNADA VASCA</b> Alubias pintas estofadas Bacalao al pil pil con patatas y pimientos fritos Cuajada con miel y pan (sin gluten) Stewed pinto beans Cod with pil pil sauce with fried potatoes and peppers Curd with honey and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.964/709 GT:20 GS:5 HC:90 AZ:21 PROT:48 SAL:2</p>	<p><b>30</b></p> <p>Crema de verduras Carne con papas Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Meat with potatoes Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:3.096/741 GT:30 GS:7 HC:84 AZ:27 PROT:37 SAL:2</p>	<p><b>31</b></p> <p>Crema de legumbres Espaguetis con boloñesa de atún con pasta (sin gluten) Yogur y pan (sin gluten) Cream of legumes Spaguettis with tuna bolognese sauce with pasta (gluten free) Yoghurt and bread (gluten free)</p> <p>VE:3.795/908 GT:22 GS:6 HC:143 AZ:17 PROT:33 SAL:3</p>	