

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Enero 2022



COLEGIO: NOTRE DAME

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
3 VACACIONES DE NAVIDAD	4 VACACIONES DE NAVIDAD	5 VACACIONES DE NAVIDAD	6 VACACIONES DE NAVIDAD	7 VACACIONES DE NAVIDAD	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
10 Patatas guisadas con perejil Pollo al chilindrón Yogur y pan Ragoût de pommes de terre au persil Poulet avec sauce Yaourt et pain	11 Salteado de acelgas con patatas Pasta a la boloñesa Fruta de temporada y pan Bette à carde sautée avec pommes de terre Pâtes à la bolognaise Fruits de saison et pain	12 Garbanzos estofados con verduras Lenguado en salsa Fruta de temporada y pan Pois chiches cuits au four avec légumes <i>Lenguado en salsa</i> Fruits de saison et pain	13 Puré de achicoria fresca de Navarra Salchichas frescas al horno con ensalada Postre lácteo y pan <i>Puré de achicoria fresca de Navarra</i> Saucisses fraîches cuites au four avec salade Lacté et pain	14 Alubias pintas estofadas con verduras Tortilla casera de atún con tomate natural Fruta de temporada y pan Pintes de haricots braisés avec légumes <i>Tortilla casera de atún</i> avec tomate naturelle Fruits de saison et pain	VE: 2670/639 GT: 16 GS: 4 HC: 89 AZ: 21 PROT: 37 SAL: 3
17 Gratén de coliflor con bechamel Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga Yogur y pan <i>Gratén de coliflor con bechamel</i> <i>Filete de lenguadina a la andaluza</i> avec salade de laitues Yaourt et pain	18 Sopa de ave con fideos Albóndigas a la hortelana Fruta de temporada y pan Soupe de volaille avec nouilles <i>Albóndigas a la hortelana</i> Fruits de saison et pain	19 Menestra de verdura salteada con jamón Paella de pescado Fruta de temporada y pan Ménéalet de légumes sautés avec jambon Paella de poisson Fruits de saison et pain	20 Alubias blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata) Escalope casero con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan Haricots blancs braisés (tomate, poireau, poivre, carotte, courgette, céleri, pomme de terre) Escalope maison avec salade de laitue et carottes Yaourt et pain	21 Crema de zanahoria Pollo asado al jugo con pimientos verdes Fruta de temporada y pan Crème de carotte Poulet rôti avec piments verts Fruits de saison et pain	VE: 3015/721 GT: 23 GS: 6 HC: 88 AZ: 17 PROT: 42 SAL: 2
24 Sopa de cocido con pasta Estofado a la jardinera Yogur y pan <i>Sopa de cocido con pasta</i> Ragoût dans la jardinière Yaourt et pain	25 Salteado de judías verdes con patatas Pechuga de pollo al ajillo con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan <i>Salteado de judías verdes con patatas</i> <i>Pechuga de pollo al ajillo</i> avec salade de laitue et carottes Fruits de saison et pain	26 Arroz al horno con salsa de tomate Filete de gallo en salsa verde Fruta de temporada y pan Riz cuit au four avec sauce tomate Filet de coq à la sauce verte Fruits de saison et pain	27 Puré de calabaza Hamburguesa a la plancha con pimientos Yogur y pan <i>Puré de calabaza</i> Burger grillé avec piment vert Yaourt et pain	28 Lentejas estofadas con verduras Gratén de huevos con bechamel Fruta de temporada y pan Lentilles à l'étouffée Gratin d'oeufs avec sauce béchamel Fruits de saison et pain	VE: 3091/739 GT: 26 GS: 7 HC: 87 AZ: 18 PROT: 41 SAL: 3
31 Menestra de verdura salteada con jamón Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan Ménéalet de légumes sautés avec jambon <i>Tortilla de patata y calabacín</i> avec salade de laitue et carottes Yaourt et pain					VE: 2316/554 GT: 24 GS: 6 HC: 69 AZ: 10 PROT: 19 SAL: 2