

MES: Abril 2021

COLEGIO: SAN GABRIEL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en <a href="mailto:elgustodecrecer@aramark.es">elgustodecrecer@aramark.es</a>			1	2	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5	6 Tallarines con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Tagliatelle with tomato sauce Chicken breast with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	7 Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew (without chorizo sausage) Fruit and bread	8 Paella de pollo Filete de palometa con refrito de ajo y balsámico con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Chicken paella Pomfret fillet with fried garlic & balsamic with lettuce & tomatoes Fruit and bread	9 Crema de calabacín Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Yogur desnatado y pan Zucchini cream French omelette with lettuce and sweetcorn salad Low-fat yoghurt and bread	VE: 2742/656 GT: 15 GS: 3 HC: 93 AZ: 23 PROT: 38 SAL: 2
12 Sopa de picadillo Albóndigas a la jardinera con ensalada de lechuga y tomate Yogur desnatado y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with vegetables with lettuce & tomatoes Low-fat yoghurt and bread	13 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked hake with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	14 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan integral Stewed pinto beans French omelette with lettuce & carrot Fruit and wholemeal bread	15 Coditos con salsa de tomate Rape a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Grilled monkfish with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Lentejas a la jardinera Jamoncitos de pollo al limón con salteado de verduras Fruta y pan Vegetables lentils Lemon chicken drumsticks with sautéed vegetables Fruit and bread	VE: 2692/644 GT: 14 GS: 3 HC: 98 AZ: 23 PROT: 35 SAL: 2
19 Arroz con salsa de tomate Timbal de salmón y patatas a lo pobre Yogur desnatado y pan Rice with tomato sauce Salmon and poor potatoes kettledrum Low-fat yoghurt and bread	20 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Filete de pollo al horno con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Baked chicken with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	21 Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew (without chorizo sausage) Fruit and bread	22 Fideuá Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Fideua (fine paella) Scrambled eggs with ham with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread	23 Crema de calabaza Lomo al ajillo con ensalada de lechuga y palitos de cangrejo Fruta y pan Pumpkin soup Tenderloin with garlic with lettuce & crab sticks Fruit and bread	VE: 2677/640 GT: 17 GS: 3 HC: 92 AZ: 27 PROT: 32 SAL: 2
26 Macarrones napolitana Abadejo en salsa verde con guisantes salteados Yogur desnatado y pan Napolitan macaroni Haddock in green sauce with sautéed peas Low-fat yoghurt and bread	27 Alubias estofadas con verduras Magro con tomate con zanahorias salteadas Fruta y pan Beans with vegetables Pork steak with tomatoes with sautéed carrots Fruit and bread	28 Crema de verduras Pollo asado con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan integral Vegetables cream Grilled chicken with lettuce and beets Fruit and wholemeal bread	29 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed lentils French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	30 Arroz frito Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y quinoa Fruta y pan Fried rice Grilled hake with lettuce salad with quinoa Fruit and bread	VE: 2829/677 GT: 14 GS: 2 HC: 103 AZ: 27 PROT: 42 SAL: 2