

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark 

MES: Mayo 2022



COLEGIO: PORTOCARRERO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2</p> <p>FESTIVO</p>	<p>3</p> <p>J.G. - MARRUECOS Hummus Tabulé Pastel de almendra y pan</p>	<p>4</p> <p>Patatas guisadas con carne (magro, cebolla, zanahoria) Croquetas de jamón con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta y pan</p>	<p>5</p> <p>Crema de zanahoria Asado de pescado con patatas gajo Fruta y pan</p>	<p>6</p> <p>Ensalada campera Cocido andaluz con chorizo (garbanzo, patata, arroz, zanahoria, chorizo) Yogur y pan</p>	<p>VE: 3504/838 GT: 29 GS: 5 HC: 118 AZ: 21 PROT: 28 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>Arroz con salsa de tomate Escalope a la milanesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan</p>	<p>10</p> <p>Lentejas a la riojana Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Natillas y pan</p>	<p>11</p> <p>Macarrones a la boloñesa Lomo en salsa con patatas dado Fruta y pan</p>	<p>12</p> <p>Crema de calabacín Cocido de garbanzos con magro de cerdo (garbanzos, arroz, zanahoria, patata, magro de cerdo) Fruta y pan</p>	<p>13</p> <p>Sopa de picadillo Calamares en salsa con guisantes Yogur y pan</p>	<p>VE: 3125/748 GT: 23 GS: 4 HC: 104 AZ: 24 PROT: 33 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Alubias estofadas con verduras Pollo asado al limón con patatas dado Fruta y pan</p>	<p>17</p> <p>Fideos a la cazuela Lomo de caella al horno con zanahorias baby Yogur y pan</p>	<p>18</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Salchichas frescas al horno con patatas fritas Fruta y pan</p>	<p>19</p> <p>Guiso de patatas Chuletas de cerdo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan</p>	<p>20</p> <p>Crema de verduras Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, tomate y remolacha Flan de vainilla y pan</p>	<p>VE: 3238/775 GT: 27 GS: 5 HC: 98 AZ: 28 PROT: 37 SAL: 2</p>
<p>23</p> <p>Crema de calabaza Jamoncitos de pollo al chilindrón con patatas al romero Fruta y pan</p>	<p>24</p> <p>Espaguetis a la italiana Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Yogur y pan</p>	<p>25</p> <p>Potaje de lentejas Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan</p>	<p>26</p> <p>Sopa de pescado Flamenquines con patatas paja Fruta y pan</p>	<p>27</p> <p>Arroz meloso de verduras Potaje de garbanzos con carne (zanahoria, patata, judía verde, cebolla, arroz y magro de cerdo) Yogur y pan</p>	<p>VE: 3061/732 GT: 23 GS: 4 HC: 102 AZ: 22 PROT: 33 SAL: 2</p>
<p>30</p> <p>Tallarines salteados con verduras Pollo asado con patatas a lo pobre Fruta y pan</p>	<p>31</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de york y queso con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Natillas y pan</p>				<p>VE: 3191/763 GT: 20 GS: 4 HC: 110 AZ: 27 PROT: 39 SAL: 1</p>

MES: MAYO

COLEGIO: COLEGIO PORTOCARRERO -- Menú TRITURADO GUARDERÍA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	3 J.G- MARRUECOS Hummus de garbanzos. Yogur.	4 Crema de verduras con carne. Compota de fruta.	5 Crema de zanahoria con pescado. Compota de fruta.	6 Crema de legumbres. Yogur.
9 Crema de carne con arroz. Fruta y pan.	10 Crema de legumbres. Yogur.	11 Crema de verduras con carne. Compota de fruta.	12 Crema de pescado con verduras. Compota de fruta.	13 Crema de pollo con pasta. Yogur
16 Crema de verduras con pollo. Compota de fruta.	17 Crema de pescado con verduras. Yogur.	18 Crema de legumbres. Compota de fruta.	19 Crema de carne con verduras. Compota de fruta.	20 Crema de verduras con huevo. Yogur.
23 Crema de Calabaza con pollo. Compota de fruta.	24 Crema de pescado con arroz. Yogur.	25 Crema de legumbres. Compota de fruta.	26 Crema de carne con pasta. Compota de fruta.	27 Crema de arroz con verduras. Yogur.
30 Crema de verduras con pollo. Compota de fruta.	31 Crema de legumbres. Yogur.			

MES: MAYO

COLEGIO: COLEGIO PORTOCARRERO -- Menú GUARDERÍA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	3 J.G- MARRUECOS Hummus de garbanzos. Tabule de pollo con verduras. Pastel de almendras.	4 Patatas guisadas con carne. Croquetas de jamón con ensalada de lechuga, pepino y tomate. Fruta y pan	5 Crema de zanahoria. Asado de pescado con patatas gajo. Fruta y pan	6 Ensalada campestre Cocido andaluz Yogurt de fresa y pan
9 Arroz con salsa de tomate. Librito de lomo con ensalada, lechuga y maíz. Fruta y pan	10 Lentejas a la riojana. Tortilla Española con ensalada de tomate y maíz. Natillas de vainilla y pan	11 Macarrones con tomate. Lomo en salsa de almendras con patatas dado. Fruta y pan	12 Crema de puerros y calabacín. Cocido madrileño. Fruta y pan	13 Sopa de picadillo. Calamares en salsa con guisantes. Yogurt y pan
16 Habichuelas estofadas con verduras. Pollo asado con patatas dado. Fruta y pan	17 Cazuela de fideos con pollo. Filete de caella al horno con zanahoria baby. Yogurt azucarado y pan	18 Lentejas con verduras. Salchichas frescas al horno con patatas fritas. Fruta y pan	19 Guiso de Patatas con carne. Chuleta al horno con ensalada de lechuga y zanahoria . Fruta y pan	20 Crema de verduras. Tortilla de calabacín con Ensalada, lechuga, tomate y remolacha. Flan de vainilla y pan
23 Crema de Calabaza. Jamoncito de pollo asado con patatas. Fruta y pan	24 Espaguetis Italiana. Filete de merluza horno con ensalada, lechuga, zanahoria y aceitunas verdes. Yogurt y pan	25 Lentejas estofadas con verduras. Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras. Fruta y pan	26 Sopa de pescado. Flamenquines con patatas paja. Fruta y pan	27 Arroz meloso de verduras. Cocido andaluz. Yogurt y pan
30 Tallarines salteados con verduritas. Pollo asado al limón con patatas a lo pobre. Fruta y pan	31 Alubias con verduras. Tortilla de jamón York con ensalada, lechuga y zanahoria Natillas y pan			