MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Mayo 2025

ESCUELA INFANTIL EMBOLIC

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Todos los días se servirá ensalada variada con el menú y el pan se alternará entre blanco e integral. Opción de lácteo tras la fruta.			1 **FESTIVO** *1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos* *(*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta*	2 **FESTIVO** *1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta* *(*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta*	3 *1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos* *1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos*	4 *1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos* *1º Legumbres 2º Carne con Patatas y Lácteos*
5 Espirales con boloñesa de atún Tortilla de patata y calabacín Fruta de temporada y pan *(*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos* VE:2.922/699 GT:14 GS:2 HC:119 AZ:21 PROT:23 SAL:2	6 Potaje de garbanzos Lomo adobado con pisto Fruta de temporada y pan *(*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos* VE:2.901/694 GT:16 GS:3 HC:94 AZ:25 PROT:44 SAL:1	7 Ensalada valenciana Paella de pescado Fruta de temporada y pan *(*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos* VE:2.090/500 GT:7 GS:1 HC:91 AZ:18 PROT:18 SAL:2	8 Sopa de ave con estrellitas Limanda al horno con salsa de zanahoria Fruta de temporada y pan *(*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos* VE:2.757/660 GT:15 GS:2 HC:135 AZ:28 PROT:57 SAL:1	9 Judías verdes salteadas Jamoncitos de pollo asados en salsa provenzal (cebolla, tomate, especias) Fruta de temporada y pan *(*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta* VE:2.575/616 GT:17 GS:2 HC:73 AZ:22 PROT:43 SAL:1	10 *1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos* *1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta*	11 *1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta* *1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos*
12 Crema de brócoli y zanahoria Albóndigas de merluza con jardinera Fruta de temporada y pan *(*) 1º Legumbres 2º Carne con Patatas y Fruta* VE:3.189/763 GT:21 GS:2 HC:119 AZ:25 PROT:24 SAL:2	13 Ensalada mixta con huevo duro Arroz al horno Fruta de temporada y pan *(*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos* VE:3.056/731 GT:22 GS:6 HC:104 AZ:23 PROT:28 SAL:3	14 Sopa minestrone con lluvia Pollo al horno con manzana y cebolla Fruta de temporada y pan *(*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos* VE:2.165/518 GT:7 GS:2 HC:81 AZ:26 PROT:33 SAL:1	15 Macarrones (integrales) gratinados Filete de merluza al limón con calabacín salteado Fruta de temporada y pan *(*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta* VE:3.127/748 GT:24 GS:2 HC:99 AZ:19 PROT:36 SAL:2	16 Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patatas Fruta de temporada y pan *(*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos* VE:3.103/742 GT:18 GS:3 HC:116 AZ:21 PROT:34 SAL:1	17 *1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta* *1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos*	18 *1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos* *1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos*
19 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con champiñones salteados Fruta de temporada y pan *(*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta* VE:2.742/656 GT:8 GS:0 HC:112 AZ:19 PROT:35 SAL:1	20 Sopa de pescado con pasta Jamoncitos de pollo al horno con guisantes Fruta de temporada y pan *(*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta* VE:2.248/538 GT:6 GS:2 HC:74 AZ:22 PROT:43 SAL:1	21 Coditos a la boloñesa Tortilla francesa con brócoli salteado Fruta de temporada y pan *(*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos* VE:2.951/706 GT:17 GS:3 HC:107 AZ:21 PROT:32 SAL:1	22 Alubias (eco.) estofadas con verduras Delicias de bacalao Fruta de temporada y pan *(*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta* VE:3.543/848 GT:28 GS:2 HC:117 AZ:22 PROT:32 SAL:1	23 **JORNADA ESPECIAL** *(*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta*	24 *1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos* *1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos*	25 *1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos* *1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos*
26 Lentejas (eco) estofadas con verduras Jamoncitos de pollo a la naranja Fruta de temporada y pan *(*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos* VE:2.831/677 GT:9 GS:2 HC:103 AZ:21 PROT:44 SAL:1	27 Pajaritas con tomate y queso rallado Tortilla de patata y calabacín Fruta de temporada y pan *(*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos* VE:3.022/723 GT:15 GS:2 HC:119 AZ:20 PROT:25 SAL:2	28 Crema de coliflor Lomo en salsa con cous cous Fruta de temporada y pan *(*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta* VE:2.550/610 GT:10 GS:3 HC:95 AZ:21 PROT:35 SAL:2	29 Ensalada mixta con atún Paella valenciana Fruta de temporada y pan *(*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos* VE:2.475/592 GT:7 GS:1 HC:104 AZ:24 PROT:28 SAL:3	30 Patatas estofadas con verduras Limanda empanada al horno con salteado de maíz Fruta de temporada y pan *(*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos* VE:3.699/885 GT:36 GS:4 HC:104 AZ:25 PROT:38 SAL:2	31 *1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta* *1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos*	

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES