MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: abril-26

MENÚ: BASAL CASTILLA Y LEÓN

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
		1	2	3	
6 Vacaciones	7 Arroz caldoso de verduras Filete de merluza en salsa verde Pan y Fruta	8 Lentejas a la campesina Tortilla de calabacín con ensalada Pan y Yogur Natural ó Fruta	9 Verdura tricolor Pavo guisado con verduras Pan Integral y Fruta	10 Potaje de garbanzos Albóndigas vegetales con salsa de tomate Pan y Fruta	kcl: 752,8 Prot: 32,9 HC: 90,1 Lip: 27,2
13 Guiso de alubias Revuelto de york con ensalada Pan Integral y Fruta	14 Crema de verduras Magro guisado con verduras Pan y Fruta	15 Sopa minestrone Salmón con salsa de tomate Pan y Yogur Natural ó Fruta	16 Menestra salteada Marrones eco integrales con salsa boloñesa vegana Pan Integral y Fruta	17 Lentejas estofadas con arroz integral Tortilla de patata con ensalada Pan y Fruta	kcl: 751,4 Prot: 33,4 HC: 96,7 Lip: 23,5
20 Potaje de garbanzos Filete de abadejo en salsa Pan Integral y Fruta	21 Arroz con tomate Tortilla de atún con ensalada Pan y Fruta	22 Crema de zanahoria eco Pollo al chilindrón Pan y Yogur Natural ó Fruta	23 Festivo	24 No Lectivo	kcl: 783,4 Prot: 34,4 HC: 93,6 Lip: 29,0
27 Judías verdes con refrito Pechuga de pollo empanada con ensalada Pan Integral y Fruta	28 Lentejas a la castellana con arroz integral Palometa a la griega Pan y Fruta	29 Espirales con salsa pomodoro Tortilla de queso con ensalada Pan y Yogur Natural ó Fruta	30 Sopa de cocido Cocido completo Pan Integral y Fruta		kcl: 760,3 Prot: 30,8 HC: 85,4 Lip: 29,4

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES

Fecha de impresión: 18/03/2026