Junio 2018

ARCANGEL

Alergias combinadas

el gusto de crecer

aramark

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
INTOLERANTE A LA LACTOSA Y ALÉRGICO AL PESCADO				1 Lentejas a la jardinera Ternera en salsa con lechuga y olivas negras Fruta y pan Vegetables lentils Beef in sauce with lettuce & olives Fruit and bread	Kcal: 723 HC: 81 Prot: 38 Lip: 30
4 Menestra de verdura salteada Hamburguesa a la plancha con lechuga y maíz Fruta y pan integral Sautéed minestrone Grilled hamburger with lettuce & sweetcorn Fruit and whole meal bread	5 Macarrones (eco.) con tomate Pavo en salsa con ensalada verde (lechuga,pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Macaroni with tomato Turkey with gravy with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	6 Crema de calabaza Escalope de pollo con ensalada tricolor (lechuga,zanahoria y maíz) Fruta y pan integral Cream of butternut squash Chicken escalope (breaded) with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and whole meal bread	7 Sopa de ave con arroz Tortilla francesa con lechuga y zanahoria Postre Especial y pan Chicken soup with rice Omelette with lettuce & carrot Special desserts and bread	8 Alubias blancas estofadas Pollo al ajillo con pisto Fruta y pan Stewed white beans Chicken with garlic with ratatouille Fruit and bread	Kcal: 650 HC: 75 Prot: 26 Lip: 26
11 Judías verdes rehogadas Lacón al horno con lechuga y olivas negras Fruta y pan integral Sauteed green beans Baked lacón pork with lettuce & olives Fruit and whole meal bread	12 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	13 Paella de verduras Tortilla francesa con lechuga y tomate (eco.) Fruta y pan integral Vegetarian paella Omelette with lettuce & tomatoes Fruit and whole meal bread	14 Crema de verduras Jamoncitos de pollo con patatas fritas Postre Especial y pan Vegetable cream Chicken drumsticks with french fries Special desserts and bread	15 Alubias pintas estofadas Filete ruso casero con lechuga y zanahoria Fruta y pan Stewed pinto beans Homemade hamburger steak (with spices) with lettuce & carrot Fruit and bread	Kcal: 632 HC: 75 Prot: 27 Lip: 26
18 Sopa de fideos Cinta de lomo con verduras salteadas Fruta y pan integral Noodle soup Pork loin with sautéed vegetables Fruit and whole meal bread	19 Lentejas estofadas Magro estofado con ensalada tricolor (lechuga,zanahoria y maíz) Fruta y pan Stewed lentils Pork steak stew with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	20 Arroz con pollo Albóndigas en salsa con patatas dado Fruta (eco.) y pan integral Rice with chichen Meatballs in gravy with diced potatoes Fruit and whole meal bread	21 Macarrones con tomate Tortilla de patatas con lechuga y olivas negras Postre Especial y pan Macaroni with tomato sauce Spanish potato omelette with lettuce & olives Special desserts and bread	22 **COMIDA ESPECIAL**	Kcal: 773 HC: 88 Prot: 33 Lip: 30
25	26	27	28	29	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0