

MES: Octubre 2026

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

“En cumplimiento al Reglamento 1169/2011 tenemos la información sobre alergenosen el teléfono 955776989 y en elgustodecrecer@aramark.es” ;;;;

5 Lentejas estofadas con arroz (eco) (zanahoria, cebolla, tomate, patata)
Tortilla de patata y calabacín al horno con ensalada de tomate y remolacha
Manzana (eco) y pan (eco.)
VE:1.960/469 GT:18 GS:0 HC:55 AZ:0 PROT:19 SAL:0

6 Arroz integral a la marinera (tomate, guisante, cebolla, pimiento, judía verde, bacalao y mejillones)
Albóndigas de pollo guisadas en salsa (patata, cebolla, tomate) con ensalada de tomate y maíz
Ciruela y pan integral (eco.)
VE:2.284/547 GT:20 GS:0 HC:70 AZ:0 PROT:20 SAL:0

7 Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz, pimiento y aceituna
Guiso de alubias a la jardinera (eco.) con arroz integral (patata, tomate, zanahoria, pimiento, arroz)
Yogur y pan (eco.)
VE:1.885/451 GT:20 GS:0 HC:52 AZ:0 PROT:15 SAL:0

1 Cazuela de fideos a la hortelana con caballa (tomate, caballa, pimiento, cebolla, zanahoria, guisante)
Tortilla francesa al horno con ensalada de tomate con aceitunas
Mandarina y pan integral (eco.)
VE:2.158/516 GT:21 GS:0 HC:58 AZ:0 PROT:21 SAL:0

8 Espirales (eco.) con salsa de tomate y dorada (tomate, dorada, cebolla, zanahoria)
Medias lunas de huevo con zanahoria rallada
Nectarina y pan integral (eco.)
VE:2.035/487 GT:18 GS:0 HC:62 AZ:0 PROT:19 SAL:0

2 Arroz caldoso integral guisado con verduras (eco.) (brócoli, tomate, pimiento, cebolla, zanahoria)
Hamburguesa de pollo en salsa con ensalada de col, zanahoria, lombarda y tomate cherry
Ciruela y pan (eco.)
VE:2.346/561 GT:24 GS:0 HC:67 AZ:0 PROT:18 SAL:0

9 Crema de patata, calabaza y zanahoria (eco.)
Merluza a la mediterránea (ajo, perejil, pimienta) con fritada de verduras (eco.)
Pera y pan (eco.)
VE:1.697/406 GT:13 GS:0 HC:55 AZ:0 PROT:16 SAL:0

12

FESTIVO NACIONAL

13

14

15

16

19

20

21

22

23

26

27

28

29

30