

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Junio 2022

COLEGIO: MAXWELL SCHOOL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en <a href="mailto:elgustodecrecer@aramark.es">elgustodecrecer@aramark.es</a>		<b>1</b> Crema de calabaza Pollo asado al romero con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan Pumpkin soup Rosemary grilled chicken with lettuce & tomatoes Yoghurt and bread	<b>2</b> Espirales gratinados Filete de merluza rebozada con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Spirals au gratin Breaded hake fillet with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	<b>3</b> Ensalada César Perrito completo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Caesar salad Hot dog with the works with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread	VE: 3073/735 GT: 27 GS: 7 HC: 80 AZ: 23 PROT: 38 SAL: 2
<b>6</b> Cous cous Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Cous Cous Battered & fried haddock with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	<b>7</b> Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	<b>8</b> Arroz con pollo Lacón a la gallega Yogur y pan Rice with chicken Lacón pork shoulder with potatoes Yoghurt and bread	<b>9</b> <b>JORNADA CLIMÁTICA</b> Vichyssoise Pastel de patata y boloñesa de legumbre Fruta y pan Vichyssoise Potato pie and legume bolognese Fruit and bread	<b>10</b> Macarrones gratinados Tortilla francesa de atún con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan Macaroni au gratin Tuna omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread	VE: 3210/768 GT: 27 GS: 6 HC: 102 AZ: 28 PROT: 36 SAL: 2
<b>13</b> Sopa de picadillo Lomo asado a las finas hierbas con salteado de verduras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Roasted pork loin with fine herbs with sautéed vegetables Fruit and bread	<b>14</b> Lentejas estofadas con chorizo Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Lentils with chorizo sausage Cod delights with lettuce & tomatoes Fruit and bread	<b>15</b> Coditos gratinados Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria (eco.) y maíz Yogur y pan Grilled elbow macaroni Zucchini omelette with lettuce, carrot (eco.) and corn salad Yoghurt and bread	<b>16</b> Arroz hortelano con legumbres Filete de merluza rebozada con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Garden rice with legums Breaded hake fillet with lettuce & olives Fruit and bread	<b>17</b> Crema de zanahoria Albóndigas con jardinera de champiñones con patatas fritas Yogur y pan Carrot cream Meatballs in mushroom gravy with french fries Yoghurt and bread	VE: 3315/793 GT: 30 GS: 6 HC: 96 AZ: 24 PROT: 31 SAL: 2
<b>20</b> Empedrado de alubias Pollo asado con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan White bean salad Grilled chicken with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	<b>21</b> Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Ham omelette with green salad with olives Fruit and bread	<b>22</b> Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Yoghurt and bread	<b>23</b> Crema de verduras Fritura variada con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Vegetables cream Assorted fried fish platter with lettuce & tomatoes Fruit and bread	<b>24</b> Ensalada César Filetes rusos con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Yogur y pan Caesar salad Hamburger steak with lettuce salad with sweetcorn & black olives Yoghurt and bread	VE: 3263/781 GT: 28 GS: 5 HC: 95 AZ: 23 PROT: 36 SAL: 2
<b>27</b> Macarrones con salsa de tomate Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta y pan Macaroni with tomato sauce Spanish omelette with lettuce, carrot & olives Fruit and bread	<b>28</b> <b>COMIDA ESPECIAL</b>	<b>29</b>	<b>30</b>		VE: 3751/897 GT: 34 GS: 2 HC: 129 AZ: 33 PROT: 29 SAL: 3