MENÚ SUPERVISADO POR PROFESIONALES CON FORMACIÓN ACREDITADA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

aramark

MES: Septiembre 2026

MARIO VARGAS LLOSA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
"En cumplimiento al Reglamento 1169/2011 tenemos la información sobre alergenos en el teléfono 955776989 y en elgustodecrecer@aramark.es" ;;;;;;;	1	2	3	4
7	8	9	10 Crema de patata con verduras (eco.) (zanahoria, calabacín, brócoli) Salmón al horno (ajo, perejil) con patatas panaderas Manzana (eco) y pan integral (eco.) VE:1.676/401 GT:12 GS:0 HC:55 AZ:0 PROT:18 SAL:0	11 Pistones la hortelana (tomate, pimiento, cebolla, zanahoria, guisantes) Tortilla de patata y calabacín al horno con ensalada de zanahoria rallada Yogur y pan (eco.) VE:1.930/462 GT:17 GS:0 HC:65 AZ:0 PROT:11 SAL:0
14 Fritada de verduras (eco.) horneada (patata, tomate, zanahoria, pimiento, calabaza, calabacín) Lentejas estofadas (eco.) con arroz integral (zanahoria, cebolla, tomate, patata) Yogur y pan (eco.) VE:1.911/457 GT:20 GS:0 HC:53 AZ:0 PROT:16 SAL:0	15 Coditos (eco.) con salsa de tomate y ternera (tomate, carne de ternera, cebolla) Tortilla francesa al horno con zanahoria rallada Nectarina (eco.) y pan integral (eco.) VE:2.213/529 GT:23 GS:0 HC:59 AZ:0 PROT:19 SAL:0	16 Guiso de alubias a la jardinera (eco.) (patata, tomate, zanahoria, pimiento, arroz) Abadejo con ajo y pimentón al vapor con pisto (eco.) (calabacín, pimiento, zanahoria, tomate, patata) Ciruela (eco.) y pan (eco.) VE:1.774/424 GT:14 GS:0 HC:49 AZ:0 PROT:24 SAL:0	17 Crema de puerro y patata (eco.) Tortilla de patata al horno con ensalada de col, zanahoria, lombarda y tomate cherry Manzana (eco) y pan integral (eco.) VE:2.204/527 GT:25 GS:0 HC:59 AZ:0 PROT:16 SAL:0	18 Arroz en amarillo con verduras rehogadas (eco.) (tomate, judía verde, pimiento, calabacín, guisante, zanahoria) Pollo asado en salsa provenzal (tomate, cebolla, ajo, especias) con zanahoria (eco.) salteada Pera (eco.) y pan (eco.) VE:2.271/543 GT:19 GS:0 HC:71 AZ:0 PROT:21 SAL:0
21 Lentejas (eco.) a la riojana (zanahoria, pimiento, tomate, patata) Tortilla francesa con atún al horno con ensalada de lechuga, tomate y remolacha Ciruela (eco.) y pan (eco.) VE:1.939/464 GT:22 GS:0 HC:46 AZ:0 PROT:20 SAL:0	22 Crema de patata y espinaca (eco.) Estofado de cerdo con patata (eco.) y tomate con ensalada de col, zanahoria, lombarda, tomate cherry y espárragos Manzana (eco) y pan integral (eco.) VE:2.181/522 GT:24 GS:0 HC:59 AZ:0 PROT:19 SAL:0	23 Ensalada de lechuga, tomate, pepino, zanahoria y maíz Puchero de garbanzos (eco.) con arroz, patata, cebolla, zanahoria, judía verde y calabaza Yogur y pan (eco.) VE:1.988/476 GT:19 GS:0 HC:62 AZ:0 PROT:14 SAL:0	24 Macarrones integrales (eco.) con salsa de tomate y cebolla Medias lunas de huevo con ensalada de lechuga, tomate y maíz Nectarina (eco.) y pan integral (eco.) VE:1.969/471 GT:20 GS:0 HC:55 AZ:0 PROT:17 SAL:0	25 Arroz de la huerta (eco.) (judías verdes, pimiento, tomate, guisantes) Merluza al horno con ajo y perejil con salteado de verduras con tomate (eco.) (calabaza, judía, calabacín) Pera (eco.) y pan (eco.) VE:2.149/514 GT:19 GS:0 HC:67 AZ:0 PROT:17 SAL:0
28 Guiso de alubias a la jardinera (eco.) (patata, tomate, zanahoria, pimiento, arroz) Abadejo horneado a las finas hierbas con zanahoria (eco.) salteada Manzana (eco) y pan (eco.) VE:1.982/474 GT:20 GS:0 HC:51 AZ:0 PROT:23 SAL:0	29 Crema de patata y calabacín (eco.) Tortilla de patata al horno con - ensalada de lechuga, tomate y espárragos Pera (eco.) y pan integral (eco.) VE:1.880/450 GT:20 GS:0 HC:53 AZ:0 PROT:14 SAL:0	30 Ensalada de lechuga, tomate, aceituna y remolacha Plumas integrales (eco.) con salsa de tomate y soja texturizada (tomate, soja, cebolla, zanahoria) Yogur y pan integral (eco.) VE:2.109/505 GT:18 GS:0 HC:66 AZ:0 PROT:18 SAL:0		

En cumplimiento del RD 315/2025, la información sobre alérgenos presentes en cada uno de los platos está disponible en el tablón / pizarra del comedor. Contacte con su responsable en caso de duda