

MES: Junio 2022

COLEGIO: HIGHLANDS EL ENCINAR

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN CELIACO, LACTOSA, LEGUMBRES Y PESCADO 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>		1 Crema de zanahoria Pollo asado al romero con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten)	2 Crema de verduras Tortilla de patatas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Postre especial y pan (sin gluten)	3 Arroz blanco salteado Albóndigas caseras Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3213/769 GT: 32 GS: 7 HC: 96 AZ: 26 PROT: 28 SAL: 2
6 Crema de verduras Pollo asado con arroz salteado Fruta y pan (sin gluten)	7 Crema de calabacín Lomo asado en salsa con champiñones Postre especial y pan (sin gluten)	8 Ensalada de pasta (sin gluten) Filete de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	9 Crema de zanahoria Lomo a la plancha con patatas fritas Postre especial y pan (sin gluten)	10 Pasta (sin gluten ) con tomate Revuelto de pavo con ensalada de tomate con orégano Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3079/737 GT: 25 GS: 6 HC: 95 AZ: 28 PROT: 37 SAL: 3
13 Arroz con salsa de tomate Huevos revueltos con ensalada Fruta y pan (sin gluten)	14 Pasta (sin gluten ) con tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Postre especial y pan (sin gluten)	15 Crema de zanahoria Pollo asado con patatas dado Fruta y pan (sin gluten)	16 Paella de carne Lomo a la plancha con escalivada Postre especial y pan (sin gluten)	17 Crema de verduras Hamburguesa casera con ensalada Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3101/742 GT: 26 GS: 7 HC: 101 AZ: 27 PROT: 34 SAL: 2
20 Pasta (sin gluten) napolitana Lomo en salsa con ensalada Fruta y pan (sin gluten)	21 <b>COMIDA ESPECIAL APTA</b> Crema de zanahoria Pollo en salsa con patatas chips Postre especial y pan (sin gluten)	22	23	24	VE: 3020/722 GT: 23 GS: 7 HC: 94 AZ: 27 PROT: 37 SAL: 2
27	28	29	30		VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

MES: Junio 2022

COLEGIO: HIGHLANDS EL ENCINAR

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN GLUTEN, PLV, PESCADO Y HUEVO Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es		1 Crema de zanahoria Pollo asado al romero con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten)	2 Crema de verduras Lomo a la plancha con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Postre especial y pan (sin gluten)	3 Arroz blanco salteado Albóndigas a la jardinera Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3063/733 GT: 30 GS: 8 HC: 89 AZ: 26 PROT: 31 SAL: 1
6 Crema de verduras Pollo asado con arroz salteado Fruta y pan (sin gluten)	7 Crema de calabacín Lomo asado en salsa con champiñones Helado apto y pan (sin gluten)	8 Ensalada de pasta (sin gluten) Filete de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	9 Crema de zanahoria Lomo a la plancha con patatas fritas Postre especial y pan (sin gluten)	10 Pasta (sin gluten ) con tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de tomate con orégano Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3065/733 GT: 23 GS: 6 HC: 96 AZ: 29 PROT: 38 SAL: 2
13 Arroz con salsa de tomate Filete de ternera con ensalada Fruta y pan (sin gluten)	14 Pasta (sin gluten ) con tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Helado apto y pan (sin gluten)	15 Crema de zanahoria Pollo asado con patatas dado Fruta y pan (sin gluten)	16 Paella de carne Lomo a la plancha con escalivada Postre especial y pan (sin gluten)	17 Crema de verduras Hamburguesa al horno con ensalada Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3116/746 GT: 26 GS: 7 HC: 101 AZ: 29 PROT: 35 SAL: 2
20 Pasta (sin gluten) napolitana Lomo en salsa con ensalada Fruta y pan (sin gluten)	21 <b>COMIDA ESPECIAL APTA</b> Crema de zanahoria Pollo en salsa con patatas chips Helado apto y pan (sin gluten)	22	23	24	VE: 2935/702 GT: 20 GS: 6 HC: 96 AZ: 30 PROT: 35 SAL: 2
27	28	29	30		VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

MES: Junio 2022

COLEGIO: HIGHLANDS EL ENCINAR

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>		1 Crema de zanahoria Pollo asado al romero con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten)	2 Crema de verduras Tortilla de patatas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Yogur y pan (sin gluten)	3 Arroz blanco salteado Albóndigas a la jardinera Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3094/740 GT: 32 GS: 8 HC: 89 AZ: 22 PROT: 28 SAL: 1
6 Crema de verduras Pollo asado con arroz salteado Fruta y pan (sin gluten)	7 Crema de calabacín Lomo asado en salsa con champiñones Helado y pan (sin gluten)	8 Ensalada de pasta (sin gluten) Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	9 Crema de zanahoria Lomo a la plancha con patatas fritas Yogur y pan (sin gluten)	10 Pasta (sin gluten) gratinada Revuelto de pavo con ensalada de tomate con orégano Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3079/737 GT: 26 GS: 8 HC: 95 AZ: 25 PROT: 35 SAL: 2
13 Arroz con salsa de tomate Huevos revueltos con ensalada Fruta y pan (sin gluten)	14 Pasta (sin gluten ) con tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Helado y pan (sin gluten)	15 Crema de zanahoria Pollo asado con patatas dado Fruta y pan (sin gluten)	16 Paella de carne Filete de merluza al horno con escalivada Postre lácteo y pan (sin gluten)	17 Crema de verduras Hamburguesa al horno con ensalada Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3139/751 GT: 26 GS: 7 HC: 101 AZ: 28 PROT: 34 SAL: 2
20 Pasta (sin gluten) napolitana Lomo en salsa con ensalada Fruta y pan (sin gluten)	21 <b>COMIDA ESPECIAL APTA</b> Crema de zanahoria Pollo en salsa con patatas chips Helado y pan (sin gluten)	22	23	24	VE: 3141/752 GT: 26 GS: 10 HC: 95 AZ: 28 PROT: 37 SAL: 2
27	28	29	30		VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

MES: Junio 2022

COLEGIO: HIGHLANDS EL ENCINAR

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>		1 Gaspacho Pollo asado al romero con patatas fritas Fruta y pan	2 Crema de verduras Tortilla de patatas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Yogur y pan	3 Arroz blanco salteado Albóndigas a la jardinera Fruta y pan	VE: 3303/790 GT: 27 GS: 5 HC: 102 AZ: 24 PROT: 37 SAL: 2
6 Crema de verduras Pollo asado con arroz salteado Fruta y pan	7 Gaspacho Lomo asado en salsa con champiñones Helado apto y pan	8 Ensalada de pasta Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	9 Salmorejo Lomo a la plancha con patatas fritas Yogur y pan	10 Macarrones gratinados Revuelto de pavo con ensalada de tomate con orégano Fruta y pan	VE: 3292/788 GT: 22 GS: 6 HC: 103 AZ: 30 PROT: 43 SAL: 2
13 Arroz con salsa de tomate Huevos revueltos con ensalada Fruta y pan	14 Coditos a la carbonara Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Helado apto y pan	15 Crema de zanahoria Pollo asado con patatas dado Fruta y pan	16 Paella de carne Filete de merluza al horno con escalivada Postre lácteo y pan	17 Gaspacho Hamburguesa al horno con ensalada Fruta y pan	VE: 3116/746 GT: 18 GS: 3 HC: 112 AZ: 30 PROT: 38 SAL: 2
20 Macarrones a la napolitana Lomo en salsa con ensalada Fruta y pan	21 <b>COMIDA ESPECIAL</b> Crema de zanahoria Pollo en salsa con patatas chips Helado apto y pan	22	23	24	VE: 3029/725 GT: 16 GS: 4 HC: 104 AZ: 31 PROT: 39 SAL: 1
27	28	29	30		VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

MES: Junio 2022

COLEGIO: HIGHLANDS EL ENCINAR

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN FS NI MARISCO. 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>		1 Gazpacho Pollo asado al romero con patatas fritas Fruta y pan	2 Crema de verduras Tortilla de patatas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Yogur y pan	3 Arroz blanco salteado Albóndigas a la jardinera Fruta y pan	VE: 3303/790 GT: 27 GS: 5 HC: 102 AZ: 24 PROT: 37 SAL: 2
6 Crema de verduras Pollo asado con arroz salteado Fruta y pan	7 Gazpacho Lomo asado en salsa con champiñones Helado apto y pan	8 Ensalada de pasta Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	9 Salmorejo Lomo a la plancha con patatas fritas Yogur y pan	10 Macarrones gratinados Revuelto de pavo con ensalada de tomate con orégano Fruta y pan	VE: 3292/788 GT: 22 GS: 6 HC: 103 AZ: 30 PROT: 43 SAL: 2
13 Arroz con salsa de tomate Huevos revueltos con ensalada Fruta y pan	14 Coditos a la carbonara Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Helado apto y pan	15 Crema de zanahoria Pollo asado con patatas dado Fruta y pan	16 Paella de carne Ventresca de merluza al horno con escalivada Postre lácteo y pan	17 Gazpacho Hamburguesa al horno con ensalada Fruta y pan	VE: 3102/742 GT: 18 GS: 3 HC: 112 AZ: 30 PROT: 37 SAL: 2
20 Macarrones a la napolitana Lomo en salsa con ensalada Fruta y pan	21 <b>COMIDA ESPECIAL</b> Crema de zanahoria Pollo en salsa con patatas chips Helado apto y pan	22	23	24	VE: 3029/725 GT: 16 GS: 4 HC: 104 AZ: 31 PROT: 39 SAL: 1
27	28	29	30		VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

MES: Junio 2022

COLEGIO: HIGHLANDS EL ENCINAR

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN GUISANTE, GARBANZOS Y LENTEJAS Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es		1 Gaspacho Pollo asado al romero con patatas fritas Fruta y pan	2 Crema de verduras Tortilla de patatas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Yogur y pan	3 Arroz blanco salteado Albóndigas caseras Fruta y pan	VE: 3321/795 GT: 27 GS: 5 HC: 103 AZ: 24 PROT: 37 SAL: 2
6 Crema de verduras Pollo en pepitoria con arroz salteado Fruta y pan	7 Gaspacho Lomo asado en salsa con champiñones Postre especial y pan	8 Ensalada de pasta Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	9 Salmorejo Lomo a la plancha con patatas fritas Yogur y pan	10 Macarrones gratinados Revuelto de pavo con ensalada de tomate con orégano Fruta y pan	VE: 3396/813 GT: 23 GS: 8 HC: 106 AZ: 30 PROT: 45 SAL: 3
13 Arroz con salsa de tomate Huevos revueltos con ensalada Fruta y pan	14 Coditos a la carbonara Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Postre especial y pan	15 Crema de zanahoria Pollo asado con patatas dado Fruta y pan	16 Paella de carne Filete de merluza al horno con escalivada Postre lácteo y pan	17 Gaspacho Hamburguesa casera con ensalada Fruta y pan	VE: 3150/754 GT: 19 GS: 4 HC: 111 AZ: 29 PROT: 39 SAL: 2
20 Macarrones a la napolitana Lomo en salsa con ensalada Fruta y pan	21 <b>COMIDA ESPECIAL</b> Crema de zanahoria Pollo en salsa con patatas chips Postre especial y pan	22	23	24	VE: 3114/745 GT: 18 GS: 5 HC: 102 AZ: 28 PROT: 41 SAL: 2
27	28	29	30		VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

MES: Junio 2022

COLEGIO: HIGHLANDS EL ENCINAR

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>		1 Gazpacho Pollo asado al romero con patatas fritas Fruta y pan	2 Crema de verduras Tortilla de patatas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Yogur y pan	3 Arroz blanco salteado Albóndigas a la jardinera Fruta y pan	VE: 3303/790 GT: 27 GS: 5 HC: 102 AZ: 24 PROT: 37 SAL: 2
6 Crema de verduras Pollo en pepitoria con arroz salteado Fruta y pan	7 Gazpacho Lomo asado en salsa con champiñones Helado y pan	8 Ensalada de pasta Filete de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	9 Salmorejo Lomo a la plancha con patatas fritas Yogur y pan	10 Macarrones gratinados Revuelto de pavo con ensalada de tomate con orégano Fruta y pan	VE: 3384/810 GT: 24 GS: 9 HC: 103 AZ: 30 PROT: 44 SAL: 3
13 Arroz con salsa de tomate Huevos revueltos con ensalada Fruta y pan	14 Coditos a la carbonara Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Helado y pan	15 Crema de zanahoria Pollo asado con patatas dado Fruta y pan	16 Paella de carne Lomo a la plancha con escalivada Postre lácteo y pan	17 Gazpacho Hamburguesa al horno con ensalada Fruta y pan	VE: 3210/768 GT: 21 GS: 5 HC: 111 AZ: 30 PROT: 38 SAL: 2
20 Macarrones a la napolitana Lomo en salsa con ensalada Fruta y pan	21 <b>COMIDA ESPECIAL</b> Crema de zanahoria Pollo en salsa con patatas chips Helado y pan	22	23	24	VE: 3236/774 GT: 21 GS: 8 HC: 103 AZ: 29 PROT: 41 SAL: 1
27	28	29	30		VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

MES: Junio 2022

COLEGIO: HIGHLANDS EL ENCINAR

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>		1 Gaspacho Pollo asado al romero con patatas fritas Fruta y pan	2 Crema de verduras Tortilla de patatas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Yogur de soja y pan	3 Arroz blanco salteado Albóndigas a la jardinera Fruta y pan	VE: 3285/786 GT: 27 GS: 4 HC: 101 AZ: 22 PROT: 37 SAL: 2
6 Crema de verduras Pollo en pepitoria con arroz salteado Fruta y pan	7 Gaspacho Lomo asado en salsa con champiñones Helado apto y pan	8 Ensalada de pasta Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	9 Salmorejo Lomo a la plancha con patatas fritas Yogur de soja y pan	10 Macarrones con salsa de tomate Revuelto de pavo con ensalada de tomate con orégano Fruta y pan	VE: 3345/800 GT: 22 GS: 7 HC: 108 AZ: 28 PROT: 44 SAL: 2
13 Arroz con salsa de tomate Huevos revueltos con ensalada Fruta y pan	14 Coditos con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Helado apto y pan	15 Crema de zanahoria Pollo asado con patatas dado Fruta y pan	16 Paella de carne Filete de merluza al horno con escalivada Postre especial y pan	17 Gaspacho Hamburguesa al horno con ensalada Fruta y pan	VE: 3081/737 GT: 18 GS: 3 HC: 110 AZ: 29 PROT: 36 SAL: 2
20 Macarrones a la napolitana Lomo en salsa con ensalada Fruta y pan	21 <b>COMIDA ESPECIAL</b> Crema de zanahoria Pollo en salsa con patatas chips Helado apto y pan	22	23	24	VE: 3029/725 GT: 16 GS: 4 HC: 104 AZ: 31 PROT: 39 SAL: 1
27	28	29	30		VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0



MES: Junio 2022

COLEGIO: HIGHLANDS EL ENCINAR

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN PLV NI LEGUMBRES. Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es		1 Gaspacho Pollo asado al romero con patatas fritas Fruta y pan	2 Crema de verduras Tortilla de patatas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Postre especial y pan	3 Arroz blanco salteado Albóndigas caseras Fruta y pan	VE: 3423/819 GT: 28 GS: 5 HC: 109 AZ: 29 PROT: 37 SAL: 2
6 Crema de verduras Pollo en pepitoria con arroz salteado Fruta y pan	7 Gaspacho Lomo asado en salsa con champiñones Postre especial y pan	8 Ensalada de pasta Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	9 Salmorejo Lomo a la plancha con patatas fritas Postre especial y pan	10 Macarrones con salsa de tomate Revuelto de pavo con ensalada de tomate con orégano Fruta y pan	VE: 3450/825 GT: 24 GS: 7 HC: 112 AZ: 31 PROT: 45 SAL: 3
13 Arroz con salsa de tomate Huevos revueltos con ensalada Fruta y pan	14 Coditos con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Postre especial y pan	15 Crema de zanahoria Pollo asado con patatas dado Fruta y pan	16 Paella de carne Filete de merluza al horno con escalivada Postre especial y pan	17 Gaspacho Hamburguesa casera con ensalada Fruta y pan	VE: 3115/745 GT: 19 GS: 4 HC: 110 AZ: 28 PROT: 37 SAL: 2
20 Macarrones a la napolitana Lomo en salsa con ensalada Fruta y pan	21 <b>COMIDA ESPECIAL</b> Crema de zanahoria Pollo en salsa con patatas chips Postre especial y pan	22	23	24	VE: 3114/745 GT: 18 GS: 5 HC: 102 AZ: 28 PROT: 41 SAL: 2
27	28	29	30		VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0