

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Junio 2022

COLEGIO: HIGHLANDS EL ENCINAR

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>		<p>1</p> <p style="text-align: center;">Gazpacho Pollo asado al romero con patatas fritas Fruta y pan (* ^{1º} Legumbres ^{2º} Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>2</p> <p style="text-align: center;">Crema de verduras Tortilla de patatas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Yogur y pan (* ^{1º} Patatas ^{2º} Pescado con Pasta y Fruta</p>	<p>3</p> <p style="text-align: center;">Arroz blanco salteado Albóndigas a la jardinera Fruta y pan (* ^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>4</p> <p style="text-align: center;">^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Legumbres y Lácteos ^{1º} Pasta ^{2º} Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>5</p> <p style="text-align: center;">^{1º} Arroz ^{2º} Carne con Verdura y Lácteos ^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>VE: 3303/790 GT: 27 GS: 5 HC: 102 AZ: 24 PROT: 37 SAL: 2</p>
<p>6</p> <p style="text-align: center;">Crema de verduras Pollo en pepitoria con arroz salteado Fruta y pan (* ^{1º} Legumbres ^{2º} Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>7</p> <p style="text-align: center;">Gazpacho Lomo asado en salsa con champiñones Helado y pan (* ^{1º} Arroz ^{2º} Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>8</p> <p style="text-align: center;">Ensalada de pasta Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (* ^{1º} Verdura ^{2º} Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>9</p> <p style="text-align: center;">Salmorejo Lomo a la plancha con patatas fritas Yogur y pan (* ^{1º} Arroz ^{2º} Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>10</p> <p style="text-align: center;">Macarrones gratinados Revuelto de pavo con ensalada de tomate con orégano Fruta y pan (* ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Legumbres y Lácteos</p>	<p>11</p> <p style="text-align: center;">^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Pasta y Fruta ^{1º} Patatas ^{2º} Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>12</p> <p style="text-align: center;">^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Pasta y Lácteos ^{1º} Legumbres ^{2º} Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 3445/824 GT: 24 GS: 9 HC: 106 AZ: 30 PROT: 45 SAL: 2</p>
<p>13</p> <p style="text-align: center;">Arroz con salsa de tomate Huevos revueltos con ensalada Fruta y pan (* ^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Pasta y Fruta</p>	<p>14</p> <p style="text-align: center;">Coditos a la carbonara Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Helado y pan (* ^{1º} Verdura ^{2º} Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>15</p> <p style="text-align: center;">Crema de zanahoria Pollo asado con patatas dado Fruta y pan (* ^{1º} Legumbres ^{2º} Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>16</p> <p style="text-align: center;">Paella de carne Filete de merluza al horno con escalivada Postre lácteo y pan (* ^{1º} Verdura ^{2º} Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>17</p> <p style="text-align: center;">Gazpacho Hamburguesa al horno con ensalada Fruta y pan (* ^{1º} Legumbres ^{2º} Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>18</p> <p style="text-align: center;">^{1º} Pasta ^{2º} Carne con Verdura y Fruta ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Legumbres y Lácteos</p>	<p>19</p> <p style="text-align: center;">^{1º} Patatas ^{2º} Pescado con Verdura y Fruta ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Arroz y Lácteos</p>	<p>VE: 3199/765 GT: 21 GS: 5 HC: 111 AZ: 30 PROT: 39 SAL: 2</p>
<p>20</p> <p style="text-align: center;">Macarrones a la napolitana Lomo en salsa con ensalada Fruta y pan (* ^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>21</p> <p style="text-align: center;">COMIDA ESPECIAL Crema de zanahoria Pollo en salsa con patatas chips Helado y pan (* ^{1º} Arroz ^{2º} Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>22</p> <p style="text-align: center;">^{1º} Legumbres ^{2º} Pescado con Verdura y Lácteos (* ^{1º} Verdura ^{2º} Huevos con Pasta y Fruta</p>	<p>23</p> <p style="text-align: center;">^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Arroz y Lácteos (* ^{1º} Patatas ^{2º} Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>24</p> <p style="text-align: center;">^{1º} Pasta ^{2º} Pescado con Verdura y Lácteos (* ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Legumbres y Fruta</p>	<p>25</p> <p style="text-align: center;">^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Patatas y Fruta ^{1º} Arroz ^{2º} Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>26</p> <p style="text-align: center;">^{1º} Legumbres ^{2º} Huevos con Verdura y Lácteos ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Pasta y Fruta</p>	<p>VE: 3236/774 GT: 21 GS: 8 HC: 103 AZ: 29 PROT: 41 SAL: 1</p>
<p>27</p> <p style="text-align: center;">^{1º} Arroz ^{2º} Pescado con Verdura y Lácteos (* ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Pasta y Fruta</p>	<p>28</p> <p style="text-align: center;">^{1º} Legumbres ^{2º} Carne con Verdura y Fruta (* ^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>29</p> <p style="text-align: center;">^{1º} Pasta ^{2º} Huevos con Verdura y Fruta (* ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Legumbres y Fruta</p>	<p>30</p> <p style="text-align: center;">^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Patatas y Fruta (* ^{1º} Patatas ^{2º} Carne con Verdura y Fruta</p>				<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses