

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Abril 2019

COLEGIO: HIGHLANDS BARCELONA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>1</p> <p>Lentejas estofadas con arroz Tortilla paisana con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Yogur (sin lactosa) y pan Lentils with rice Mixed meat omelette with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Yoghurt (lactose free) and bread</p>	<p>2</p> <p>Sopa de ave con fideos Estofado a la jardinera con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan integral Chicken soup with noodles Vegetables stew with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and whole meal bread</p>	<p>3</p> <p>Espinacas salteadas con patatas Hamburguesa completa con patatas fritas Fruta y pan Sautéed spinach with potatoes Complete hamburger with french fries Fruit and bread</p>	<p>4</p> <p>Arroz a la cubana (arroz, salsa de tomate) con huevo duro Jamoncitos de pollo al limón con ensalada mixta Fruta y pan Cuban style rice with hard-boiled egg Lemon chicken drumsticks with mixed salad Fruit and bread</p>	<p>5</p> <p>Crema de verduras Ventresca de merluza al horno con ensalada mixta Fruta o Yogur (sin lactosa) y pan Vegetables cream Baked hake with mixed salad Fruit or Yoghurt (lactose free) and bread</p>
<p>8</p> <p>Fideuá de pollo Albóndigas con tomate con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur (sin lactosa) y pan Chicken fideua Meatballs with tomato sauce with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt (lactose free) and bread</p>	<p>9</p> <p>Crema de verduras con picatostes integrales Pinchos morunos con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream with whole meal croutons Shish-kabab with sautéed rice Fruit and bread</p>	<p>10</p> <p>Garbanzos estofados con verduras Revuelto de patatas y calabacín con ensalada de frutos (lechuga, aceitunas y pipas) Fruta y pan integral Chickpeas stewed with vegetables Scrambled eggs with potatoes and zucchini with fruit salad (lettuce, olives, sunflower seeds) Fruit and whole meal bread</p>	<p>11</p> <p>Arroz con pollo y cúrcuma Escalope de ternera con ensalada de lechuga Fruta y pan Rice with chicken & turmeric Beef escalope with lettuce Fruit and bread</p>	<p>12</p> <p>Patatas guisadas con verduritas Ventresca de merluza a la plancha con salsa de tomate Gelatina de fresa o Fruta y pan Stewed potatoes with vegetables Grilled hake with tomato sauce Strawberry jelly or Fruit and bread</p>
<p>15</p> <p>FESTIVO</p>	<p>16</p> <p>FESTIVO</p>	<p>17</p> <p>FESTIVO</p>	<p>18</p> <p>FESTIVO</p>	<p>19</p> <p>FESTIVO</p>
<p>22</p> <p>FESTIVO</p>	<p>23</p> <p>Macarrones napolitana Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta o Yogur y pan Napolitan macaroni Spanish potato omelette with green salad with olives Fruit or Yoghurt and bread</p>	<p>24</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Salmón al horno con salsa de puerros con ensalada de frutos (lechuga, aceitunas y pipas) Fruta y pan integral Stewed lentils Baked salmon with leek sauce with fruit salad (lettuce, olives, sunflower seeds) Fruit and whole meal bread</p>	<p>25</p> <p>Sopa de fideos Pollo al chilindrón con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Noodle soup Chicken in "chilindron" gravy with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread</p>	<p>26</p> <p>Arroz tres delicias (sin lactosa) Filete de merluza con ensalada de lechuga y maíz Yogur (sin lactosa) o Fruta y pan Chinese fried rice (lactose free) Hake steak with lettuce & sweetcorn Yoghurt (lactose free) or Fruit and bread</p>
<p>29</p> <p>Arroz con salsa de tomate Bacalao a la plancha con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Yogur (sin lactosa) y pan Rice with tomato sauce Grilled codfish with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Yoghurt (lactose free) and bread</p>	<p>30</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas Lomo a la plancha con puré de patatas Fruta y pan integral Sautéed green beans with potatoes Grilled tenderloin with mashed potatoes Fruit and whole meal bread</p>			