

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE Comertel

MES: Abril 2025

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>“En cumplimiento al Reglamento 1169/2011 tenemos la información sobre alérgenos en el teléfono 955776989 y en elgustodecrecer@aramark.es”</p>	<p>1 Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz y aceituna Coditos (eco.) con salsa de tomate y dorada (tomate, dorada, cebolla, zanahoria) Fruta de temporada y pan integral (eco.) VE:2.013/482 GT:21 GS:0 HC:61 AZ:0 PROT:13 SAL:0</p>	<p>2 Sopa de ave con pasta (eco.) (cebolla, zanahoria, patata, pollo) Merluza guisada en salsa verde con patata, cebolla, espinaca y guisante Yogur y pan (eco.) VE:1.959/469 GT:15 GS:0 HC:61 AZ:0 PROT:21 SAL:0</p>	<p>3 Arroz cocido (eco) con salsa de tomate Medias lunas de huevo con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada y pan (eco.) VE:2.096/501 GT:19 GS:0 HC:68 AZ:0 PROT:14 SAL:0</p>	<p>4 Crema de hortalizas eco. (patata, calabacín, zanahoria, judía verde, guisante) Hamburguesa de pollo en salsa (patata, tomate, cebolla, especias) Fruta de temporada y pan (eco.) VE:1.976/473 GT:19 GS:0 HC:55 AZ:0 PROT:20 SAL:0</p>
<p>7 Arroz a la marinera (tomate, guisante, cebolla, pimiento, judía verde, bacalao y mejillones) Queso fresco con ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur y pan (eco.) VE:2.232/534 GT:20 GS:0 HC:72 AZ:0 PROT:16 SAL:0</p>	<p>8 Espirales (eco.) con salsa de tomate y cebolla Abadejo a la roteña (zanahoria, pimiento, cebolla, tomate) Fruta de temporada y pan integral (eco.) VE:1.833/438 GT:13 GS:0 HC:59 AZ:0 PROT:20 SAL:0</p>	<p>9 Puchero de garbanzos con arroz, patata, judía verde, cebolla, zanahoria y calabaza Tortilla de patata al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta de temporada y pan (eco.) VE:2.167/518 GT:20 GS:0 HC:64 AZ:0 PROT:18 SAL:0</p>	<p>10 Ensalada de lechuga, tomate, aceituna y remolacha Coditos (eco.) con salsa de tomate y ternera (tomate, carne de ternera, cebolla) Fruta de temporada y pan (eco.) VE:2.032/486 GT:20 GS:0 HC:61 AZ:0 PROT:14 SAL:0</p>	<p>11 Crema de patata con verduras (eco.) (zanahoria, calabacín, brócoli) Albóndigas de pollo guisadas en salsa (patata, cebolla, tomate) Fruta de temporada y pan (eco.) VE:1.745/417 GT:13 GS:0 HC:57 AZ:0 PROT:18 SAL:0</p>
<p>14</p> <p>SEMANA SANTA</p>	<p>15</p> <p>SEMANA SANTA</p>	<p>16</p> <p>SEMANA SANTA</p>	<p>17</p> <p>SEMANA SANTA</p>	<p>18</p> <p>SEMANA SANTA</p>
<p>21 Ensalada de lechuga, tomate, pepino, zanahoria y maíz Patatas en amarillo con atún (patata, atún, pimiento, cebolla, tomate) Yogur y pan (eco.) VE:1.833/439 GT:18 GS:0 HC:53 AZ:0 PROT:16 SAL:0</p>	<p>22 Lentejas estofadas con arroz (eco) (zanahoria, cebolla, tomate, patata) Medias lunas de huevo con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada y pan integral (eco.) VE:1.881/488 GT:17 GS:0 HC:53 AZ:0 PROT:18 SAL:0</p>	<p>23 Arroz con verduras (eco) (judía verde, pimiento, tomate, guisante) Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta de temporada y pan (eco.) VE:2.119/507 GT:20 GS:0 HC:66 AZ:0 PROT:14 SAL:0</p>	<p>24 Fideua a la hortelana (tomate, pimiento, cebolla, zanahoria, guisantes) Merluza con zanahoria y patata al horno Fruta de temporada y pan (eco.) VE:2.157/516 GT:16 GS:0 HC:71 AZ:0 PROT:20 SAL:0</p>	<p>25 Crema de patata y calabacín (eco) Estofado de cerdo con patata y tomate Fruta de temporada y pan (eco.) VE:1.865/446 GT:17 GS:0 HC:53 AZ:0 PROT:18 SAL:0</p>
<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30</p>		