

Sin Frutos Secos

MES: Octubre 2024

MONTPELLIER

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>	<p>1</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de merluza a la donostiarra con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.310/792 GT:24 GS:3 HC:117 AZ:25 PROT:29 SAL:1</p>	<p>2</p> <p>Crema de calabacín Tortilla de patatas con ensalada Fruta y pan</p> <p>VE:2.746/657 GT:24 GS:4 HC:89 AZ:30 PROT:24 SAL:1</p>	<p>3</p> <p>Patatas estofadas con verduras Jamoncitos de pollo al horno con ensalada Fruta y pan</p> <p>VE:2.449/586 GT:8 GS:2 HC:89 AZ:26 PROT:42 SAL:2</p>	<p>4</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan</p> <p>VE:3.127/748 GT:22 GS:7 HC:105 AZ:30 PROT:36 SAL:1</p>
<p>7</p> <p>Lentejas a la hortelana (eco.) (patata, tomate, zanahoria, cebolla, arroz) Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan</p> <p>VE:2.654/635 GT:26 GS:8 HC:74 AZ:10 PROT:39 SAL:2</p>	<p>8</p> <p>Crema de verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Fruta y pan</p> <p>VE:2.891/692 GT:26 GS:4 HC:92 AZ:30 PROT:24 SAL:1</p>	<p>9</p> <p>Macarrones (integrales) con salsa carbonara Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan</p> <p>VE:3.059/732 GT:20 GS:3 HC:104 AZ:26 PROT:38 SAL:2</p>	<p>10</p> <p>Alubias estofadas (patata, cebolla, zanahoria y pimentón) Lomo en salsa con patatas fritas Fruta y pan</p> <p>VE:4.066/973 GT:34 GS:6 HC:124 AZ:30 PROT:46 SAL:2</p>	<p>11</p> <p>Arroz con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan</p> <p>VE:3.356/803 GT:17 GS:3 HC:120 AZ:27 PROT:44 SAL:1</p>
<p>14</p> <p>Coditos con salsa pesto Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan</p> <p>VE:2.959/708 GT:23 GS:5 HC:87 AZ:11 PROT:38 SAL:1</p>	<p>15</p> <p>Sopa de fideos Pollo asado al romero con salteado de verduras Fruta y pan</p> <p>VE:2.258/540 GT:13 GS:3 HC:83 AZ:29 PROT:24 SAL:1</p>	<p>16</p> <p>Alubias pintas estofadas Bacalao al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta (eco.) y pan</p> <p>VE:3.484/833 GT:28 GS:2 HC:95 AZ:22 PROT:52 SAL:1</p>	<p>17</p> <p>Arroz con verduras Huevos a la Villaroy con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.404/814 GT:16 GS:4 HC:148 AZ:30 PROT:22 SAL:4</p>	<p>18</p> <p>Salteado de judías verdes con zanahoria y calabacín Lomo asado con patatas dado Fruta y pan</p> <p>VE:3.548/849 GT:37 GS:6 HC:96 AZ:32 PROT:34 SAL:2</p>
<p>21</p> <p>Patatas estofadas con carne Pollo al ajillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan</p> <p>VE:2.501/598 GT:16 GS:5 HC:65 AZ:10 PROT:48 SAL:1</p>	<p>22</p> <p>Crema de zanahoria Albóndigas a la jardinera con arroz Fruta y pan</p> <p>VE:3.444/824 GT:23 GS:9 HC:121 AZ:32 PROT:30 SAL:1</p>	<p>23</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan</p> <p>VE:3.127/748 GT:22 GS:7 HC:105 AZ:30 PROT:36 SAL:1</p>	<p>24</p> <p>Espirales a la boloñesa Merluza a la bilbaína con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan</p> <p>VE:3.290/787 GT:20 GS:2 HC:114 AZ:26 PROT:38 SAL:1</p>	<p>25</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.349/801 GT:21 GS:3 HC:125 AZ:28 PROT:34 SAL:1</p>
<p>28</p> <p>Espaguetis gratinados Bacalao a la romana con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan</p> <p>VE:3.742/895 GT:31 GS:7 HC:77 AZ:25 PROT:52 SAL:1</p>	<p>29</p> <p>Alubias estofadas a la riojana Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta y pan</p> <p>VE:3.508/839 GT:33 GS:7 HC:113 AZ:29 PROT:32 SAL:2</p>	<p>30</p> <p>Paella Chispas de merluza con pisto Fruta y pan</p> <p>VE:4.082/976 GT:36 GS:4 HC:130 AZ:25 PROT:36 SAL:1</p>	<p>31</p> <p>Crema de calabaza Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan</p> <p>VE:3.428/820 GT:31 GS:5 HC:94 AZ:28 PROT:41 SAL:1</p>	