MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Noviembre 2026

COLEGIO SANTA VICTORIA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 **FESTIVO**	3 Macarrones con salsa de tomate con pasta integral Lomo al horno con ensalada fresca con lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan integral VE:3.402/814 GT:22 GS:4 HC:116 AZ:25 PROT:46 SAL:3	4 Arroz tres delicias clásico Filete de abadejo a la andaluza con ensalada fresca con maíz dulce Yogur y pan VE:2.688/643 GT:17 GS:4 HC:89 AZ:10 PROT:37 SAL:1	5 Cocido de garbanzos Pollo asado al jugo con brócoli salteado Fruta de temporada y pan VE:2.633/630 GT:9 GS:2 HC:87 AZ:23 PROT:48 SAL:2	6 Patatas estofadas con carne Tortilla francesa con ensalada fresca con aceitunas negras Fruta de temporada y pan integral VE:2.493/597 GT:22 GS:4 HC:74 AZ:17 PROT:27 SAL:1
9 Arroz con carne (cerdo, judía verde, pimiento, zanahoria, tomate) Redondo de pavo (ajo, cebolla, especias, laurel, zanahoria) con ensalada fresca con zanahoria rallada Fruta de temporada y pan VE:3.335/797 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:24 PROT:37 SAL:2	10 Guiso de alubias con verduras (patata, cebolla, zanahoria y pimentón) Huevos revueltos con bacon con ensalada fresca de lechuga con tomate Fruta de temporada y pan integral VE:2.490/596 GT:13 GS:1 HC:88 AZ:22 PROT:36 SAL:2	11 Puré de calabaza Jamoncitos de pollo asados al romero con patatas asadas Yogur y pan VE:2.399/574 GT:21 GS:6 HC:69 AZ:13 PROT:27 SAL:2	12 Macarrones (integrales) gratinados (queso rallado y tomate frito) Ventresca de merluza con ajo y perejil con ensalada fresca con maíz dulce Fruta de temporada y pan VE:2.395/573 GT:7 GS:0 HC:94 AZ:18 PROT:35 SAL:2	13 Lentejas con chorizo (cebolla, zanahoria, pimiento, patata y pimentón) Arroz con boloñesa de soja texturizada Fruta de temporada y pan integral VE:3.711/888 GT:11 GS:1 HC:152 AZ:24 PROT:38 SAL:1
16 Sopa de fideos integral Jamoncito pollo al limón (ajo, cebolla, zumo limón, especias variadas) con ensalada fresca con lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan VE:2.380/569 GT:27 GS:4 HC:65 AZ:22 PROT:22 SAL:3	17 Cocido de garbanzos Tortilla de patata al horno con ensalada fresca con lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan integral VE:2.807/672 GT:24 GS:4 HC:91 AZ:21 PROT:27 SAL:2	18 Arroz con salsa de tomate Hamburguesa al horno con ensalada fresca con aceitunas Yogur y pan VE:3.118/746 GT:28 GS:8 HC:100 AZ:9 PROT:33 SAL:2	19 **JORNADA REINO UNIDO** Baked beans Fish and chips de lenguadina Postre especial y pan VE:3.843/919 GT:27 GS:5 HC:121 AZ:26 PROT:53 SAL:1	20 Crema de verduras (calabacín, zanahoria y patata) - Macarrones con boloñesa vegetal de soja Fruta de temporada y pan integral VE:3.145/752 GT:19 GS:2 HC:111 AZ:27 PROT:32 SAL:1
23 Arroz a la napolitana Salmón al horno con ensalada fresca con maíz dulce Fruta de temporada y pan VE:2.976/712 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:18 PROT:38 SAL:1	24 Patatas guisadas con carne (magro, cebolla, zanahoria) Albóndigas veggie con salsa de tomate con menestra de verduras salteadas Fruta de temporada y pan integral VE:2.625/628 GT:16 GS:1 HC:95 AZ:21 PROT:27 SAL:4	25 Espaguetis al ajillo con pasta integral Jamoncitos de pollo en salsa con champiñones Yogur y pan VE:3.265/781 GT:12 GS:5 HC:111 AZ:13 PROT:54 SAL:3	26 Lentejas con chorizo (cebolla, zanahoria, pimiento, patata y pimentón) Huevos revueltos con jamón york con ensalada fresca con lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan VE:2.947/705 GT:21 GS:4 HC:103 AZ:19 PROT:29 SAL:2	27 **SAN JOSE DE CALASANZ** Crema de calabacín (puerro,calabacín,patata) Pizza con ensalada fresca con aceitunas Postre especial y pan integral VE:3.082/737 GT:28 GS:9 HC:95 AZ:25 PROT:22 SAL:3
30 Sopa de ave Lomo al horno con ensalada fresca con maíz dulce Fruta de temporada y pan VE:2.364/566 GT:13 GS:4 HC:76 AZ:22 PROT:35 SAL:2				Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, mandarina y melón en función a su óptimo estado de maduración.

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES