

MES: Junio 2026		EL VEDAT									
Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		Valoración	
1		2		3		4		5		VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0	
8		9		10		11		12		VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0	
15		16		17		18		19		VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0	
22		23 Sopa de lluvia Pollo asado al romero con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta de temporada y pan Pasta soup Rosemary grilled chicken with lettuce and carrot salad Seasonal Fruit and bread		24 Croquetas de jamón con ensalada Paella valenciana Yogur y pan Ham croquette with salad Valencian-style paella Yoghurt and bread		25 Lentejas a la jardinera Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y maiz Fruta de temporada y pan integral Vegetables lentils Spanish omelette with lettuce, cucumber and corn salad Seasonal Fruit and wholemeal bread		26 Crema de zanahoria con picatostes Longanizas con pisto Fruta de temporada y pan Carrot cream with croutons Longaniza sausage with ratatouille Seasonal Fruit and bread		VE: 3237/774 GT: 31 GS: 8 HC: 92 AZ: 21 PROT: 30 SAL: 2	
29 Arroz a la cubana Hamburguesa al horno Fruta de temporada y pan Cuban style rice Baked hamburger Seasonal Fruit and bread		30 Lentejas estofadas con boniato Lomo asado a las finas hierbas Yogur y pan Lentils stew with sweet potato Roasted pork loin with fine herbs Yoghurt and bread								VE: 3656/875 GT: 32 GS: 9 HC: 106 AZ: 14 PROT: 44 SAL: 3	

MENÚ SUPERVISADO POR PROFESIONALES CON FORMACIÓN ACREDITADA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA aramark

MES: Julio 2026

EL VEDAT

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
		1 Ensalada de pasta Palometa en salsa de zanahoria Yogur y pan Pasta salad Pomfret in carrot sauce Yoghurt and bread	2 Potaje de garbanzos Tortilla de patata y calabacín al horno Fruta de temporada y pan integral Chickpeas stew Baked potato and zucchini omelette Seasonal Fruit and wholemeal bread	3 Fritura variada con ensalada Fideuá Fruta de temporada y pan Assorted fried fish platter with salad Fideua (fine noodles) Seasonal Fruit and bread	VE: 3484/834 GT: 29 GS: 5 HC: 107 AZ: 24 PROT: 35 SAL: 2
6 Guiso de lentejas al toque de manzana Tortilla de patata al horno Yogur y pan Lentil stew with apple Baked potato omelet Yoghurt and bread	7 Crema de calabacín (puerro, calabacín, patata) Pollo asado al limón Fruta de temporada y pan Cream of zucchini (leek, zucchini, potato) Roasted lemon chicken Seasonal Fruit and bread	8 Ensalada de york y queso con huevo duro Paella de pescado Yogur y pan Ham and cheese salad with hard-boiled egg Fish paella Yoghurt and bread	9 Ensaladilla rusa Albóndigas a la jardinera Fruta de temporada y pan integral Russian salad Meatballs with vegetables Seasonal Fruit and wholemeal bread	10 Macarrones con salsa cuatro quesos Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos Fruta de temporada y pan Macaroni with four cheese sauce Hake with citrus vinaigrette Seasonal Fruit and bread	VE: 2769/662 GT: 22 GS: 6 HC: 79 AZ: 18 PROT: 37 SAL: 1
13 Sopa maravilla Pollo en pepitoria Yogur y pan Soup with pasta Chicken fricassee Yoghurt and bread	14 Alubias estofadas con verduras Pizza Fruta de temporada y pan Braised beans with vegetables Pizza Seasonal Fruit and bread	15 Pasta a la boloñesa Salmón al horno en salsa de eneldo Yogur y pan Pasta in bolognese sauce Baked salmon in dill sauce Yoghurt and bread	16 Croquetas de pollo con ensalada Paella valenciana Fruta de temporada y pan integral Chicken croquettes with salad Valencian-style paella Seasonal Fruit and wholemeal bread	17 Ensalada de patata Hamburguesa al horno Fruta de temporada y pan Potato salad Baked hamburger Seasonal Fruit and bread	VE: 2865/685 GT: 19 GS: 6 HC: 93 AZ: 17 PROT: 37 SAL: 2
20 Macarrones a la napolitana Palometa en salsa verde Yogur y pan Napolitan macaroni Pomfret with green sauce Yoghurt and bread	21 Garbanzos estofados Magro con tomate Fruta de temporada y pan Stewed chickpeas Pork steak with tomatoes Seasonal Fruit and bread	22 Ensalada de lechuga, maíz, pipas de calabaza, quinoa y cebolla crispy con huevo y jamón Arroz al horno Yogur y pan Salad of lettuce, corn, pumpkin seeds, quinoa and crispy onion with egg and ham Baked rice Yoghurt and bread	23 Cous cous de pollo al curry Tortilla de patata y calabacín Fruta de temporada y pan integral Chicken curry cous cous Spanish omelette with courgette Seasonal Fruit and wholemeal bread	24 Crema de zanahoria Longanizas con pisto (calabacín, pimiento, zanahoria, tomate, patata) Carrot cream Longaniza sausage with pisto (calabacín, pimiento, zanahoria, tomate, patata)	VE: 2866/686 GT: 23 GS: 7 HC: 84 AZ: 15 PROT: 33 SAL: 1
27 Ensalada campera Lomo asado al ajillo Yogur y pan Rural Salad Roasted loin with garlic Yoghurt and bread	28 Sopa de ave con estrellitas Ventresca de merluza con pil-pil de tomate Fruta de temporada y pan Chicken soup with pasta Hake with tomato pil-pil Seasonal Fruit and bread	29 Fritura variada con ensalada Fideuá Yogur y pan Assorted fried fish platter with salad Fideua (fine noodles) Yoghurt and bread	30 Guiso de lentejas con canela y limón Tortilla de patata al horno Fruta de temporada y pan integral Lentil stew with cinnamon and lemon Baked potato omelet Seasonal Fruit and wholemeal bread	31 Arroz a la cubana con huevo duro Nuggets de pollo con patatas Fruta de temporada y pan Cuban style rice with hard-boiled egg Chicken nuggets with potatoes Seasonal Fruit and bread	VE: 3250/777 GT: 29 GS: 6 HC: 92 AZ: 19 PROT: 35 SAL: 2

En cumplimiento del RD 315/2025, la información sobre alérgenos presentes en cada uno de los platos está disponible en el tablón / pizarra del comedor. Contacte con su responsable en caso de duda

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES