

MES: Abril 2026



VEGASUR - SAN MARTIN DE LA VEGA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en elgustodecrecer@aramark.es LAS FRUTAS SERVIDAS SERÁN MANZANA, PERA, PLÁTANO Y NARANJA.		1 FESTIVO	2 FESTIVO	3 FESTIVO
6 NO LECTIVO	7 Arroz a la napolitana Croquetas de jamón con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz o Filete de pollo al romero Fruta y pan integral Napolitan rice Ham croquettes with lettuce, carrot & sweetcorn or Rosemary chicken fillet Fruit and wholemeal bread	8 Crema de zanahoria y calabaza con picatostes Albóndigas veganas a la jardinera con patatas campesinas o Lomo asado Fruta (eco.) y pan Cream of carrot & butternut squash with croutons Vegan meatballs with vegetables with peasant potatoes or Grilled tenderloin Fruta and bread	9 Macarrones (integrales) con chorizo Salmón asado con salsa de cítricos con ensalada de lechuga y aceitunas o Filete de abadejo empanado Yogur y pan integral Macaroni (whole grain) with chorizo sausage Salmon in orange juice with green salad with olives or Breaded haddock Yoghurt and wholemeal bread	10 Guiso de lentejas al toque de manzana Revuelto de pavo con ensalada de lechuga y tomate o - Tortilla de patatas Fruta y pan Lentil stew with apple Scrambled eggs with turkey with lettuce & tomatoes or - <i>Tortilla de patatas</i> Fruit and bread
13 Paella mixta Filete de lenguadina a la romana con ensalada de lechuga y remolacha o Filete de lenguadina al horno Fruta y pan Mixed paella Battered & fried yellowfin sole with lettuce and beets or Baked sole fillet Fruit and bread	14 Alubias estofadas con verduras o Ensalada César Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral Braised beans with vegetables or Caesar salad Spanish omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and wholemeal bread	15 Espaguetis (integrales) con salsa de tomate y ternera (tomate, carne de ternera, cebolla) Filete de merluza a la griega con guisantes salteados o - Merluza a la romana Fruta y pan Whole grain spaguettis with tomato and beef sauce Hake fillet greek style with sautéed peas or - <i>Merluza a la romana</i> Fruit and bread	16 Crema de patatas con zanahoria y calabacín Burrito vegano con ensalada de lechuga y tomate o Cinta de lomo empanada Yogur y pan integral potato cream with carrot & zucchini squash Textured soy burrito with lettuce & tomatoes or Breaded pork loin Yoghurt and wholemeal bread	17 Sopa minestrone o Brócoli salteado Pollo asado con salsa barbacoa con patatas asadas Fruta y pan Minestrone soup or Sautéed broccoli Roasted chicken with barbecue sauce with roasted potatoes Fruit and bread
20 Crema de zanahoria (eco.) o Menestra de verdura salteada con jamón Lomo asado a las finas hierbas con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Carrot cream or Vegetable and ham stir fry Roasted pork loin with fine herbs with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Sopa de cocido con pasta integral o - Ensalada mixta Cocido completo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral "Cocido" soup with wheat pasta or - <i>Ensalada mixta</i> Full course "cocido" stew with lettuce & tomatoes Fruit and wholemeal bread	22 Arroz tres delicias Abadejo a la andaluza con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) o Filete de merluza en salsa verde Fruta y pan Chinese fried rice Andalusian style haddock with green salad (lettuce, green peppers & olives) or Hake in green sauce Fruit and bread	23 DIA DE CERVANTES Lentejas estofadas al estilo del Quijote Duelos y Quebrantos con patatas panaderas Yogur y pan integral Stewed lentils Don Quixote style Duelos y Quebrantos with roasted potatoes Yoghurt and wholemeal bread VE:2.728/653 GT:21 GS:7 HC:70 AZ:12 PROT:41 SAL:2	24 Salteado de judías verdes con zanahorias, guisantes y patatas Espaguetis (integrales) con bolonesa de soja o Jamoncitos de pollo al horno Fruta y pan Sautéed green beans, carrots, peas & potatoes whole grain spaguettis with say bolognese or Baked chicken drumsticks Fruit and bread
27 FESTIVO	28 FESTIVO	29 Macarrones al queso Huevos revueltos con ensalada de lechuga y maíz o Tortilla de calabacín Fruta (eco.) y pan Macaroni & cheese Scrambled eggs with lettuce and sweetcorn salad or Zucchini omelette Fruta and bread	30 Crema de verduras Filete de merluza empanada con ensalada de lechuga y tomate o - Filete de merluza al horno Yogur y pan integral Vegetables cream Breaded hake with lettuce & tomatoes or - <i>Filete de merluza al horno</i> Yoghurt and wholemeal bread	