

MES: Abril 2026



VEGASUR - SAN MARTIN DE LA VEGA

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en <a href="mailto:elgustodecrecer@aramark.es">elgustodecrecer@aramark.es</a> LAS FRUTAS SERVIDAS SERÁN MANZANA, PERA, PLÁTANO Y NARANJA.</p>		<p>1 <b>FESTIVO</b></p>	<p>2 <b>FESTIVO</b></p>	<p>3 <b>FESTIVO</b></p>
<p>6 <b>NO LECTIVO</b></p>	<p>7 Arroz a la napolitana Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y <b>pan integral</b> Napolitan rice Chicken breast with lettuce, carrot &amp; sweetcorn Fruit and <b>wholemeal bread</b> VE:2.732/654 GT:9 GS:0 HC:110 AZ:23 PROT:36 SAL:1</p>	<p>8 Crema de zanahoria y calabaza con picatostes Albóndigas veganas a la jardinera con patatas campesinas <b>Fruta (eco.)</b> y pan Cream of carrot &amp; butternut squash with croutons Vegan meatballs with vegetables with peasant potatoes <b>Fruit and bread</b> VE:3.838/918 GT:40 GS:10 HC:107 AZ:32 PROT:38 SAL:1</p>	<p>9 Pasta (sin huevo) con chorizo Salmón asado con salsa de cítricos con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y <b>pan integral</b> Pasta (without egg) with chorizo sausage Salmon in orange juice with green salad with olives Yoghurt and <b>wholemeal bread</b> VE:3.199/765 GT:41 GS:8 HC:61 AZ:21 PROT:32 SAL:2</p>	<p>10 Guiso de lentejas al toque de manzana Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Lentil stew with apple Grilled tenderloin with lettuce &amp; tomatoes Fruit and bread VE:3.079/737 GT:24 GS:5 HC:95 AZ:27 PROT:39 SAL:1</p>
<p>13 Paella mixta Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Mixed paella Baked sole fillet with lettuce and beets Fruit and bread VE:3.240/775 GT:17 GS:3 HC:121 AZ:25 PROT:36 SAL:1</p>	<p>14 Alubias estofadas con verduras Estofado de pavo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y <b>pan integral</b> Braised beans with vegetables Turkey stew with lettuce and sweetcorn salad Fruit and <b>wholemeal bread</b> VE:2.948/705 GT:16 GS:3 HC:103 AZ:29 PROT:43 SAL:1</p>	<p>15 Pasta (sin huevo) con salsa de tomate y ternera (tomate, carne de ternera, cebolla) Filete de merluza a la griega con guisantes salteados Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato and beef sauce Hake fillet greek style with sautéed peas Fruit and bread VE:3.265/781 GT:25 GS:2 HC:103 AZ:40 PROT:36 SAL:2</p>	<p>16 Crema de patatas con zanahoria y calabacín Burrito vegano con ensalada de lechuga y tomate Yogur y <b>pan integral</b> potato cream with carrot &amp; zucchini squash Textured soy burrito with lettuce &amp; tomatoes Yoghurt and <b>wholemeal bread</b> VE:2.375/568 GT:16 GS:5 HC:73 AZ:18 PROT:28 SAL:2</p>	<p>17 Sopa de pasta (sin huevo) Pollo asado con salsa barbacoa con patatas asadas Fruta y pan Pasta soup (without egg) Roasted chicken with barbecue sauce with roasted potatoes Fruit and bread VE:2.565/614 GT:9 GS:2 HC:90 AZ:28 PROT:44 SAL:1</p>
<p>20 <b>Crema de zanahoria (eco.)</b> Lomo asado a las finas hierbas con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan <b>Carrot cream</b> Roasted pork loin with fine herbs with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread VE:2.810/672 GT:24 GS:5 HC:86 AZ:31 PROT:26 SAL:1</p>	<p>21 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y <b>pan integral</b> "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew with lettuce &amp; tomatoes Fruit and <b>wholemeal bread</b> VE:3.124/747 GT:25 GS:8 HC:98 AZ:28 PROT:37 SAL:1</p>	<p>22 Arroz con salsa de tomate Abadejo a la andaluza con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Rice with tomato sauce Andalusian style haddock with green salad (lettuce, green peppers &amp; olives) Fruit and bread VE:2.972/711 GT:15 GS:2 HC:117 AZ:24 PROT:35 SAL:1</p>	<p>23 <b>DIA DE CERVANTES</b> Lentejas estofadas al estilo del Quijote Filete de ternera con patatas panaderas Yogur y <b>pan integral</b> Stewed lentils Don Quixote style Beef steak with roasted potatoes Yoghurt and <b>wholemeal bread</b> VE:2.658/636 GT:14 GS:4 HC:70 AZ:11 PROT:55 SAL:1</p>	<p>24 Salteado de judías verdes con zanahorias, guisantes y patatas Pasta (sin huevo) con salsa boloñesa Fruta y pan Sautéed green beans, carrots, peas &amp; potatoes Pasta (without egg) with bolognese sauce Fruit and bread VE:2.784/666 GT:16 GS:1 HC:112 AZ:40 PROT:20 SAL:1</p>
<p>27 <b>FESTIVO</b></p>	<p>28 <b>FESTIVO</b></p>	<p>29 Pasta (sin huevo) con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz <b>Fruta (eco.)</b> y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Chicken breast with lettuce and sweetcorn salad <b>Fruit and bread</b> VE:2.713/649 GT:18 GS:1 HC:86 AZ:30 PROT:35 SAL:1</p>	<p>30 Crema de verduras Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate Yogur y <b>pan integral</b> Vegetables cream Baked hake with lettuce &amp; tomatoes Yoghurt and <b>wholemeal bread</b> VE:2.144/513 GT:20 GS:4 HC:50 AZ:12 PROT:32 SAL:1</p>	