

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 elgustodecrecer@aramark.es LAS FRUTAS SERVIDAS SERÁN MANZANA, PERA, PLÁTANO Y NARANJA.</p>		<p>1 FESTIVO</p>	<p>2 FESTIVO</p>	<p>3 FESTIVO</p>
<p>6 NO LECTIVO</p>	<p>7 Arroz a la napolitana Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan integral Napolitan rice Chicken breast with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and wholemeal bread 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 Fruta (eco.) y pan Cream of carrot & butternut squash with croutons Vegan meatballs with vegetables with peasant potatoes Fruit and bread VE:3.838/918 GT:40 GS:10 HC:107 AZ:32 PROT:38 SAL:1</p>	<p>9 Macarrones (integrales) con chorizo Salmón asado con salsa de cítricos con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur de soja y pan integral Macaroni (whole grain) with chorizo sausage Salmon in orange juice with green salad with olives Soya yoghurt and wholemeal bread VE:3.091/739 GT:30 GS:4 HC:71 AZ:5 PROT:37 SAL:2</p>	<p>10 Guiso de lentejas al toque de manzana Huevos revueltos con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Lentil stew with apple Scrambled eggs with lettuce & tomatoes Fruit and bread VE:2.689/643 GT:16 GS:2 HC:96 AZ:28 PROT:32 SAL:2</p>
<p>13 Paella mixta Filete de lenguadina a la romana con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Mixed paella Battered & fried yellowfin sole with lettuce and beets Fruit and bread VE:3.871/926 GT:29 GS:5 HC:125 AZ:25 PROT:43 SAL:1</p>	<p>14 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and wholemeal bread VE:3.190/763 GT:21 GS:3 HC:111 AZ:29 PROT:37 SAL:1</p>	<p>15 Espaguetis (integrales) con salsa de tomate Filete de merluza a la griega con guisantes salteados Fruta y pan Whole grain spaguettis with tomato sauce Hake fillet greek style with sautéed peas Fruit and bread VE:3.148/753 GT:15 GS:1 HC:117 AZ:30 PROT:37 SAL:1</p>	<p>16 Crema de patatas con zanahoria y calabacín Burrito vegano con ensalada de lechuga y tomate Yogur de soja y pan integral potato cream with carrot & zucchini squash Textured soy burrito with lettuce & tomatoes Soya yoghurt and wholemeal bread VE:2.320/555 GT:14 GS:2 HC:70 AZ:13 PROT:29 SAL:1</p>	<p>17 Sopa minestrone Pollo asado con salsa barbacoa con patatas asadas Fruta y pan Minestrone soup Roasted chicken with barbecue sauce with roasted potatoes Fruit and bread VE:2.580/617 GT:9 GS:2 HC:93 AZ:28 PROT:42 SAL:1</p>
<p>20 Crema de zanahoria (eco.) Lomo asado a las finas hierbas con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Carrot cream 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 con pasta integral Cocido completo (sin chorizo) con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral "Cocido" soup with wheat pasta Full course "cocido" stew (without chorizo sausage) with lettuce & tomatoes Fruit and wholemeal bread VE:3.432/821 GT:24 GS:8 HC:113 AZ:27 PROT:41 SAL:2</p>	<p>22 Arroz tres delicias Abadejo a la andaluza con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Chinese fried rice Andalusian style haddock with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread VE:2.822/675 GT:14 GS:2 HC:111 AZ:25 PROT:34 SAL:2</p>	<p>23 DIA DE CERVANTES Lentejas estofadas al estilo del Quijote Duelos y Quebrantos con patatas panaderas Yogur de soja y pan integral Stewed lentils Don Quixote style Duelos y Quebrantos with roasted potatoes Soya yoghurt and wholemeal bread VE:2.674/640 GT:19 GS:4 HC:67 AZ:6 PROT:42 SAL:1</p>	<p>24 Salteado de judías verdes con zanahorias, guisantes y patatas Espaguetis (integrales) con boloñesa de soja Fruta y pan Sautéed green beans, carrots, peas & potatoes whole grain spaguettis with say bolognese Fruit and bread VE:2.864/685 GT:5 GS:0 HC:129 AZ:36 PROT:104 SAL:1</p>
<p>27 FESTIVO</p>	<p>28 FESTIVO</p>	<p>29 Macarrones con salsa de tomate Huevos revueltos con ensalada de lechuga y maíz Fruta (eco.) y pan Macaroni with tomato sauce Scrambled eggs with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread VE:2.697/645 GT:13 GS:1 HC:100 AZ:27 PROT:35 SAL:2</p>	<p>30 Crema de verduras Filete de merluza empanada con ensalada de lechuga y tomate Yogur de soja y pan integral Vegetables cream Breaded hake with lettuce & tomatoes Soya yoghurt and wholemeal bread VE:2.922/699 GT:36 GS:3 HC:53 AZ:7 PROT:35 SAL:2</p>	