

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</p> <p>FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>FESTIVO</p>	<p>3</p> <p>FESTIVO</p>
<p>6</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>7</p> <p>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</p> <p>VE:2.732/654 GT:9 GS:0 HC:110 AZ:23 PROT:36 SAL:1</p>	<p>8</p> <p>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</p> <p>VE:3.838/918 GT:40 GS:10 HC:107 AZ:32 PROT:38 SAL:1</p>	<p>9</p> <p>Macarrones (integrales) con chorizo Filete de ternera con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan integral Macaroni (whole grain) with chorizo sausage Beef steak with green salad with olives Yoghurt and wholemeal bread</p> <p>VE:2.838/679 GT:21 GS:6 HC:72 AZ:9 PROT:44 SAL:2</p>	<p>10</p> <p>Guiso de lentejas al toque de manzana Revuelto de pavo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Lentil stew with apple Scrambled eggs with turkey with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p> <p>VE:2.652/634 GT:15 GS:2 HC:96 AZ:28 PROT:31 SAL:2</p>
<p>13</p> <p>Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with lettuce and beets Fruit and bread</p> <p>VE:3.182/761 GT:18 GS:4 HC:116 AZ:25 PROT:34 SAL:1</p>	<p>14</p> <p>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</p> <p>VE:3.190/763 GT:21 GS:3 HC:111 AZ:29 PROT:37 SAL:1</p>	<p>15</p> <p>Espaguetis (integrales) con salsa de tomate y ternera (tomate, carne de ternera, cebolla) Estofado de pavo con guisantes salteados Fruta y pan Whole grain spaguettis with tomato and beef sauce Turkey stew with sautéed peas Fruit and bread</p> <p>VE:3.214/769 GT:14 GS:3 HC:120 AZ:31 PROT:41 SAL:2</p>	<p>16</p> <p>Crema de patatas con zanahoria y calabacín Burrito vegano con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral potato cream with carrot & zucchini squash Textured soy burrito with lettuce & tomatoes Yoghurt and wholemeal bread</p> <p>VE:2.375/568 GT:16 GS:5 HC:73 AZ:18 PROT:28 SAL:2</p>	<p>17</p> <p>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</p> <p>VE:2.580/617 GT:9 GS:2 HC:93 AZ:28 PROT:42 SAL:1</p>
<p>20</p> <p>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</p> <p>VE:2.810/672 GT:24 GS:5 HC:86 AZ:31 PROT:26 SAL:1</p>	<p>21</p> <p>Sopa de cocido con pasta integral Cocido completo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral "Cocido" soup with wheat pasta Full course "cocido" stew with lettuce & tomatoes Fruit and wholemeal bread</p> <p>VE:3.562/852 GT:25 GS:8 HC:121 AZ:29 PROT:39 SAL:2</p>	<p>22</p> <p>Arroz tres delicias Pechuga de pollo a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Chinese fried rice Chicken breast with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread</p> <p>VE:2.713/649 GT:8 GS:1 HC:109 AZ:25 PROT:36 SAL:1</p>	<p>23</p> <p>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</p> <p>VE:2.728/653 GT:21 GS:7 HC:70 AZ:12 PROT:41 SAL:2</p>	<p>24</p> <p>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</p> <p>VE:2.864/685 GT:5 GS:0 HC:129 AZ:36 PROT:104 SAL:1</p>
<p>27</p> <p>FESTIVO</p>	<p>28</p> <p>FESTIVO</p>	<p>29</p> <p>Macarrones al queso Huevos revueltos con ensalada de lechuga y maíz Fruta (eco.) y pan Macaroni & cheese Scrambled eggs with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p> <p>VE:2.481/593 GT:8 GS:1 HC:100 AZ:19 PROT:27 SAL:1</p>	<p>30</p> <p>Crema de verduras Estofado de pavo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral Vegetables cream Turkey stew with lettuce & tomatoes Yoghurt and wholemeal bread</p> <p>VE:2.416/578 GT:26 GS:7 HC:54 AZ:14 PROT:32 SAL:1</p>	