

Sin Sal

MES: Septiembre 2024

HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Coditos con salsa de tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	10 Lentejas a la riojana Revuelto de queso con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre lácteo y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with cheese with lettuce, carrot & sweetcorn Dairy dessert and bread	11 Crema de calabacín con picatostes Pollo a la barbacoa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Zucchini cream with croutons Roasted chicken with barbecue sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	12 Sopa de picadillo Albóndigas a la jardinera con papas dado Yogur y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with vegetables with diced potatoes Yoghurt and bread	13 Arroz a la napolitana Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Napolitan rice Battered & fried haddock with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3315/793 GT: 39 GS: 7 HC: 95 AZ: 24 PROT: 32 SAL: 2
16 Sopa de fideos Hamburguesa al horno con arroz Fruta y pan Noodle soup Baked hamburger with rice Fruit and bread	17 Espirales a la boloñesa Merluza en adobo con zanahorias salteadas Postre lácteo y pan Bolognese pasta spirals Hake in marinade with sautéed carrots Dairy dessert and bread	18 Garbanzos estofados Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed chickpeas Baked loin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	19 Paella mixta Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Mixed paella Zucchini omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread	20 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan Vegetables cream Baked chicken with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 3159/756 GT: 21 GS: 4 HC: 108 AZ: 24 PROT: 71 SAL: 2
23 Arroz a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Napolitan rice Andalusian style sole with lettuce and beets Fruit and bread	24 Sopa de cocido Lomo al horno Postre lácteo y pan "Cocido" soup Baked loin Dairy dessert and bread	25 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan Carrot cream Baked chicken drumsticks with potatoes, tomato & onion Fruit and bread	26 Macarrones (integrales) con salsa de quesos Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Macaroni (whole grain) with cheese sauce Hake fillet in carrot sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread	27 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 2908/696 GT: 18 GS: 4 HC: 95 AZ: 25 PROT: 39 SAL: 2
30 Crema de calabacín Magro con tomate con arroz Fruta y pan Zucchini cream Pork steak with tomatoes with rice Fruit and bread				BAJA EN SAL. SOLO 1 VEZ A LA SEMANA LEGUMBRES Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3022/723 GT: 12 GS: 2 HC: 114 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1

Sin gluten /sin lactosa

MES: Septiembre 2024

HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Pasta (sin gluten) con salsa de tomate Lacón a la gallega Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread (gluten free)	10 Patatas estofadas Huevos revueltos con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Stewed potatoes Scrambled eggs with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	11 Crema de calabacín con picatostes (sin gluten) Pollo a la barbacoa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan (sin gluten) Zucchini cream with croutons Roasted chicken with barbecue sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (gluten free)	12 Sopa de picadillo (sin gluten) Albóndigas a la jardinera con papas dado Fruta y pan (sin gluten) Broth with ham & egg bifs (gluten free) Meatballs with vegetables with diced potatoes Fruit and bread (gluten free)	13 Arroz a la napolitana Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Napolitan rice Battered & fried haddock with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)	VE: 3353/802 GT: 42 GS: 7 HC: 100 AZ: 26 PROT: 29 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa al horno con arroz Fruta y pan (sin gluten) Sautéed green beans with potatoes Baked hamburger with rice Fruit and bread (gluten free)	17 Pasta (sin gluten) boloñesa Merluza en adobo con zanahorias salteadas Fruta y pan (sin gluten) Pasta with bolognese sauce (gluten free) Hake in marinade with sautéed carrots Fruit and bread (gluten free)	18 Garbanzos estofados Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Stewed chickpeas Baked loin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	19 Paella mixta Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Fruta y pan (sin gluten) Mixed paella Zucchini omelette with lettuce & carrot Fruit and bread (gluten free)	20 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Baked chicken with roasted potatoes Fruit and bread (gluten free)	VE: 3085/738 GT: 24 GS: 5 HC: 105 AZ: 26 PROT: 66 SAL: 2
23 Arroz a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan (sin gluten) Napolitan rice Andalusian style sole with lettuce and beets Fruit and bread (gluten free)	24 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)	25 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan (sin gluten) Carrot cream Baked chicken drumsticks with potatoes, tomato & onion Fruit and bread (gluten free)	26 Macarrones (sin gluten) con salsa de tomate Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan (sin gluten) Macaroni (gluten free) with tomato sauce Hake fillet in carrot sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (gluten free)	27 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	VE: 3175/760 GT: 23 GS: 6 HC: 105 AZ: 29 PROT: 38 SAL: 2
30 Crema de calabacín Magro con tomate con arroz Fruta y pan (sin gluten) Zucchini cream Pork steak with tomatoes with rice Fruit and bread (gluten free)				SIN GLUTEN NI LACTOSA. LOS EMPANADOS Y REBOZADOS SE HARÁN CON HARINA DE MAÍZ Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3089/739 GT: 17 GS: 4 HC: 112 AZ: 28 PROT: 36 SAL: 1

Sin Gluten

MES: Septiembre 2024 | HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Pasta (sin gluten) con salsa de tomate Lacón a la gallega Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread (gluten free)	10 Patatas estofadas Revuelto de queso con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre lácteo y pan (sin gluten) Stewed potatoes Scrambled eggs with cheese with lettuce, carrot & sweetcorn Dairy dessert and bread (gluten free)	11 Crema de calabacín con picatostes (sin gluten) Pollo a la barbacoa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan (sin gluten) Zucchini cream with croutons Roasted chicken with barbecue sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (gluten free)	12 Sopa de picadillo (sin gluten) Albóndigas a la jardinera con papas dado Yogur y pan (sin gluten) Broth with ham & egg bits (gluten free) Meatballs with vegetables with diced potatoes Yoghurt and bread (gluten free)	13 Arroz a la napolitana Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Napolitan rice Battered & fried haddock with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)	VE: 3372/807 GT: 44 GS: 8 HC: 94 AZ: 23 PROT: 30 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa al horno con arroz Fruta y pan (sin gluten) Sautéed green beans with potatoes Baked hamburger with rice Fruit and bread (gluten free)	17 Pasta (sin gluten) boloñesa Merluza en adobo con zanahorias salteadas Postre lácteo y pan (sin gluten) Pasta with bolognese sauce (gluten free) Hake in marinade with sautéed carrots Dairy dessert and bread (gluten free)	18 Garbanzos estofados Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Stewed chickpeas Baked loin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	19 Paella mixta Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan (sin gluten) Mixed paella Zucchini omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread (gluten free)	20 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Baked chicken with roasted potatoes Fruit and bread (gluten free)	VE: 3099/741 GT: 26 GS: 6 HC: 100 AZ: 22 PROT: 67 SAL: 2
23 Arroz a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan (sin gluten) Napolitan rice Andalusian style sole with lettuce and beets Fruit and bread (gluten free)	24 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Postre lácteo y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread (gluten free)	25 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan (sin gluten) Carrot cream Baked chicken drumsticks with potatoes, tomato & onion Fruit and bread (gluten free)	26 Macarrones (sin gluten) con salsa de quesos Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan (sin gluten) Macaroni (gluten free) with cheese sauce Hake fillet in carrot sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread (gluten free)	27 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	VE: 3203/766 GT: 26 GS: 7 HC: 99 AZ: 26 PROT: 39 SAL: 2
30 Crema de calabacín Magro con tomate con arroz Fruta y pan (sin gluten) Zucchini cream Pork steak with tomatoes with rice Fruit and bread (gluten free)				SIN GLUTEN. LOS EMPANADOS Y REBOZADOS SE HARÁN CON HARINA DE MAÍZ Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3089/739 GT: 17 GS: 4 HC: 112 AZ: 28 PROT: 36 SAL: 1

MES: Septiembre 2024

HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Pasta (sin gluten) con salsa de tomate Lacón a la gallega Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread (gluten free)	10 Patatas estofadas Huevos revueltos con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Stewed potatoes Scrambled eggs with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	11 Crema de calabacín con picatostes (sin gluten) Pollo a la barbacoa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan (sin gluten) Zucchini cream with croutons Roasted chicken with barbecue sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (gluten free)	12 Sopa de picadillo (sin gluten) Albóndigas a la jardinera con papas dado Fruta y pan (sin gluten) Broth with ham & egg bifs (gluten free) Meatballs with vegetables with diced potatoes Fruit and bread (gluten free)	13 Arroz a la napolitana Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Napolitan rice Battered & fried haddock with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)	VE: 3353/802 GT: 42 GS: 7 HC: 100 AZ: 26 PROT: 29 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa al horno con arroz Fruta y pan (sin gluten) Sautéed green beans with potatoes Baked hamburger with rice Fruit and bread (gluten free)	17 Pasta (sin gluten) boloñesa Merluza en adobo con zanahorias salteadas Fruta y pan (sin gluten) Pasta with bolognese sauce (gluten free) Hake in marinade with sautéed carrots Fruit and bread (gluten free)	18 Garbanzos estofados Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Stewed chickpeas Baked loin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	19 Paella mixta Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Fruta y pan (sin gluten) Mixed paella Zucchini omelette with lettuce & carrot Fruit and bread (gluten free)	20 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Baked chicken with roasted potatoes Fruit and bread (gluten free)	VE: 3085/738 GT: 24 GS: 5 HC: 105 AZ: 26 PROT: 66 SAL: 2
23 Arroz a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan (sin gluten) Napolitan rice Andalusian style sole with lettuce and beets Fruit and bread (gluten free)	24 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)	25 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan (sin gluten) Carrot cream Baked chicken drumsticks with potatoes, tomato & onion Fruit and bread (gluten free)	26 Macarrones (sin gluten) con salsa de tomate Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan (sin gluten) Macaroni (gluten free) with tomato sauce Hake fillet in carrot sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (gluten free)	27 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	VE: 3175/760 GT: 23 GS: 6 HC: 105 AZ: 29 PROT: 38 SAL: 2
30 Crema de calabacín Magro con tomate con arroz Fruta y pan (sin gluten) Zucchini cream Pork steak with tomatoes with rice Fruit and bread (gluten free)				SIN GLUTEN NI PLV. LOS EMPANADOS Y REBOZADOS SE HARÁN CON HARINA DE MAÍZ Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3089/739 GT: 17 GS: 4 HC: 112 AZ: 28 PROT: 36 SAL: 1

MES: Septiembre 2024 HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Coditos con salsa de tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	10 Lentejas a la riojana Revuelto de queso con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre lácteo y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with cheese with lettuce, carrot & sweetcorn Dairy dessert and bread	11 Crema de calabacín con picatostes Pollo a la barbacoa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Zucchini cream with croutons Roasted chicken with barbecue sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	12 Sopa de picadillo Albóndigas a la jardinera con papas dado Yogur y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with vegetables with diced potatoes Yoghurt and bread	13 Arroz a la napolitana Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Napolitan rice Battered & fried haddock with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3315/793 GT: 39 GS: 7 HC: 95 AZ: 24 PROT: 32 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa al horno con arroz Fruta y pan Sautéed green beans with potatoes Baked hamburger with rice Fruit and bread	17 Espirales a la boloñesa Merluza en adobo con zanahorias salteadas Postre lácteo y pan Bolognese pasta spirals Hake in marinade with sautéed carrots Dairy dessert and bread	18 Garbanzos estofados Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed chickpeas Baked loin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	19 Paella mixta Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Mixed paella Zucchini omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread	20 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan Vegetables cream Baked chicken with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 3167/758 GT: 21 GS: 4 HC: 108 AZ: 23 PROT: 71 SAL: 2
23 Arroz a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Napolitan rice Andalusian style sole with lettuce and beets Fruit and bread	24 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread	25 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan Carrot cream Baked chicken drumsticks with potatoes, tomato & onion Fruit and bread	26 Macarrones (integrales) con salsa de quesos Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Macaroni (whole grain) with cheese sauce Hake fillet in carrot sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread	27 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 3005/719 GT: 18 GS: 4 HC: 101 AZ: 26 PROT: 38 SAL: 2
30 Crema de calabacín Magro con tomate con arroz Fruta y pan Zucchini cream Pork steak with tomatoes with rice Fruit and bread				SIN FRUTOS SECOS Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3022/723 GT: 12 GS: 2 HC: 114 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1

MES: Septiembre 2024

HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Coditos con salsa de tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	10 Lentejas a la riojana Revuelto de queso con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre lácteo y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with cheese with lettuce, carrot & sweetcorn Dairy dessert and bread	11 Crema de calabacín con picatostes Pollo a la barbacoa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Zucchini cream with croutons Roasted chicken with barbecue sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	12 Sopa de picadillo Albóndigas a la jardinera con papas dado Yogur y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with vegetables with diced potatoes Yoghurt and bread	13 Arroz a la napolitana Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Napolitan rice Battered & fried haddock with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3315/793 GT: 39 GS: 7 HC: 95 AZ: 24 PROT: 32 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa al horno con arroz Fruta y pan Sautéed green beans with potatoes Baked hamburger with rice Fruit and bread	17 Espirales a la boloñesa Merluza en adobo con zanahorias salteadas Postre lácteo y pan Bolognese pasta spirals Hake in marinade with sautéed carrots Dairy dessert and bread	18 Garbanzos estofados Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed chickpeas Baked loin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	19 Paella mixta Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Mixed paella Zucchini omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread	20 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan Vegetables cream Baked chicken with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 3167/758 GT: 21 GS: 4 HC: 108 AZ: 23 PROT: 71 SAL: 2
23 Arroz a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Napolitan rice Andalusian style sole with lettuce and beets Fruit and bread	24 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread	25 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan Carrot cream Baked chicken drumsticks with potatoes, tomato & onion Fruit and bread	26 Macarrones (integrales) con salsa de quesos Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Macaroni (whole grain) with cheese sauce Hake fillet in carrot sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread	27 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 3005/719 GT: 18 GS: 4 HC: 101 AZ: 26 PROT: 38 SAL: 2
30 Crema de calabacín Magro con tomate con arroz Fruta y pan Zucchini cream Pork steak with tomatoes with rice Fruit and bread				SIN FRUTOS SECOS, SÉSAMO NI BERENJENA Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3022/723 GT: 12 GS: 2 HC: 114 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1

MES: Septiembre 2024

HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Coditos con salsa de tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	10 Lentejas a la riojana Revuelto de queso con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre lácteo y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with cheese with lettuce, carrot & sweetcorn Dairy dessert and bread	11 Crema de calabacín con picatostes Pollo a la barbacoa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Zucchini cream with croutons Roasted chicken with barbecue sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	12 Sopa de picadillo Albóndigas a la jardinera con papas dado Yogur y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with vegetables with diced potatoes Yoghurt and bread	13 Arroz a la napolitana Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Napolitan rice Battered & fried haddock with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3315/793 GT: 39 GS: 7 HC: 95 AZ: 24 PROT: 32 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa al horno con arroz Fruta y pan Sautéed green beans with potatoes Baked hamburger with rice Fruit and bread	17 Espirales a la boloñesa Merluza en adobo con zanahorias salteadas Postre lácteo y pan Bolognese pasta spirals Hake in marinade with sautéed carrots Dairy dessert and bread	18 Garbanzos estofados Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed chickpeas Baked loin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	19 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread	20 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan Vegetables cream Baked chicken with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 3148/753 GT: 20 GS: 4 HC: 109 AZ: 23 PROT: 71 SAL: 2
23 Arroz a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Napolitan rice Andalusian style sole with lettuce and beets Fruit and bread	24 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread	25 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan Carrot cream Baked chicken drumsticks with potatoes, tomato & onion Fruit and bread	26 Macarrones (integrales) con salsa de quesos Ventresca de merluza a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Macaroni (whole grain) with cheese sauce Grilled hake with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread	27 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 2970/710 GT: 18 GS: 4 HC: 100 AZ: 26 PROT: 38 SAL: 2
30 Crema de calabacín Magro con tomate con arroz Fruta y pan Zucchini cream Pork steak with tomatoes with rice Fruit and bread				SIN FRUTOS SECOS, SÉSAMO NI MARISCO Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3022/723 GT: 12 GS: 2 HC: 114 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1

MES: Septiembre 2024

HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Coditos con salsa de tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	10 Lentejas a la riojana Revuelto de queso con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre lácteo y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with cheese with lettuce, carrot & sweetcorn Dairy dessert and bread	11 Crema de calabacín con picatostes Pollo a la barbacoa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Zucchini cream with croutons Roasted chicken with barbecue sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	12 Sopa de picadillo Albóndigas a la jardinera con papas dado Yogur y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with vegetables with diced potatoes Yoghurt and bread	13 Arroz a la napolitana Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Napolitan rice Battered & fried haddock with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3315/793 GT: 39 GS: 7 HC: 95 AZ: 24 PROT: 32 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa al horno con arroz Fruta y pan Sautéed green beans with potatoes Baked hamburger with rice Fruit and bread	17 Espirales a la boloñesa Merluza en adobo con zanahorias salteadas Postre lácteo y pan Bolognese pasta spirals Hake in marinade with sautéed carrots Dairy dessert and bread	18 Sopa de fideos Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Noodle soup Baked loin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	19 Paella mixta Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Mixed paella Zucchini omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread	20 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan Vegetables cream Baked chicken with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 3001/718 GT: 20 GS: 4 HC: 101 AZ: 24 PROT: 70 SAL: 2
23 Arroz a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Napolitan rice Andalusian style sole with lettuce and beets Fruit and bread	24 Sopa de fideos Lomo al horno con ensalada Postre lácteo y pan Noodle soup Baked loin with salad Dairy dessert and bread	25 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan Carrot cream Baked chicken drumsticks with potatoes, tomato & onion Fruit and bread	26 Macarrones (integrales) con salsa de quesos Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Macaroni (whole grain) with cheese sauce Hake fillet in carrot sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread	27 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 2830/677 GT: 16 GS: 4 HC: 96 AZ: 25 PROT: 37 SAL: 2
30 Crema de calabacín Magro con tomate con arroz Fruta y pan Zucchini cream Pork steak with tomatoes with rice Fruit and bread				SIN PIÑA NI FRUTOS SECOS Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3022/723 GT: 12 GS: 2 HC: 114 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1

Sin Huevo

MES: Septiembre 2024 HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Coditos con salsa de tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	10 Lentejas a la riojana Pechuga de pavo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre lácteo y pan Rioja style lentils Baked turkey breast with lettuce, carrot & sweetcorn Dairy dessert and bread	11 Crema de calabacín con picatostes Pollo a la barbacoa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Zucchini cream with croutons Roasted chicken with barbecue sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	12 Sopa de picadillo Albóndigas a la jardinera con papas dado Yogur y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with vegetables with diced potatoes Yoghurt and bread	13 Arroz a la napolitana Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Napolitan rice Battered & fried haddock with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3341/799 GT: 39 GS: 7 HC: 96 AZ: 24 PROT: 33 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa al horno con arroz Fruta y pan Sautéed green beans with potatoes Baked hamburger with rice Fruit and bread	17 Espirales a la boloñesa Merluza en adobo con zanahorias salteadas Postre lácteo y pan Bolognese pasta spirals Hake in marinade with sautéed carrots Dairy dessert and bread	18 Garbanzos estofados Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed chickpeas Baked loin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	19 Paella mixta Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Mixed paella Grilled turkey with lettuce & carrot Yoghurt and bread	20 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan Vegetables cream Baked chicken with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 3106/743 GT: 19 GS: 4 HC: 106 AZ: 24 PROT: 73 SAL: 2
23 Arroz a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Napolitan rice Andalusian style sole with lettuce and beets Fruit and bread	24 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread	25 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan Carrot cream Baked chicken drumsticks with potatoes, tomato & onion Fruit and bread	26 Macarrones (integrales) con salsa de quesos Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Macaroni (whole grain) with cheese sauce Hake fillet in carrot sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread	27 Alubias estofadas con verduras Lomo al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Braised beans with vegetables Baked loin with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 2942/704 GT: 17 GS: 4 HC: 98 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 2
30 Crema de calabacín Magro con tomate con arroz Fruta y pan Zucchini cream Pork steak with tomatoes with rice Fruit and bread				SIN HUEVO CRUDO. TOLERA TRAZAS Y REBOZADOS Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3022/723 GT: 12 GS: 2 HC: 114 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1

MES: Septiembre 2024

HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Coditos con salsa de tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	10 Lentejas a la riojana Revuelto de queso con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre lácteo y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with cheese with lettuce, carrot & sweetcorn Dairy dessert and bread	11 Crema de calabacín con picatostes Pollo a la barbacoa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Zucchini cream with croutons Roasted chicken with barbecue sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	12 Sopa de picadillo Albóndigas a la jardinera con papas dado Yogur y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with vegetables with diced potatoes Yoghurt and bread	13 Arroz a la napolitana Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Napolitan rice Battered & fried haddock with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3315/793 GT: 39 GS: 7 HC: 95 AZ: 24 PROT: 32 SAL: 2
16 Ensalada campera Hamburguesa al horno con arroz Fruta y pan Rural Salad Baked hamburger with rice Fruit and bread	17 Espirales a la boloñesa Merluza en adobo con zanahorias salteadas Postre lácteo y pan Bolognese pasta spirals Hake in marinade with sautéed carrots Dairy dessert and bread	18 Garbanzos estofados Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed chickpeas Baked loin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	19 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread	20 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan Vegetables cream Baked chicken with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 3150/754 GT: 20 GS: 4 HC: 109 AZ: 23 PROT: 71 SAL: 2
23 Arroz a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Napolitan rice Andalusian style sole with lettuce and beets Fruit and bread	24 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread	25 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan Carrot cream Baked chicken drumsticks with potatoes, tomato & onion Fruit and bread	26 Macarrones (integrales) con salsa de quesos Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Macaroni (whole grain) with cheese sauce Hake fillet in carrot sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread	27 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 3005/719 GT: 18 GS: 4 HC: 101 AZ: 26 PROT: 38 SAL: 2
30 Crema de calabacín Magro con tomate con arroz Fruta y pan Zucchini cream Pork steak with tomatoes with rice Fruit and bread				SIN JUDÍAS VERDES Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3022/723 GT: 12 GS: 2 HC: 114 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1

Sin Lactosa

MES: Septiembre 2024 HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Coditos con salsa de tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	10 Lentejas a la riojana Huevos revueltos con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	11 Crema de calabacín con picatostes Pollo a la barbacoa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Zucchini cream with croutons Roasted chicken with barbecue sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	12 Sopa de picadillo Albóndigas a la jardinera con papas dado Fruta y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with vegetables with diced potatoes Fruit and bread	13 Arroz a la napolitana Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Napolitan rice Battered & fried haddock with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3296/789 GT: 37 GS: 6 HC: 100 AZ: 27 PROT: 31 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa al horno con arroz Fruta y pan Sautéed green beans with potatoes Baked hamburger with rice Fruit and bread	17 Espirales a la boloñesa Merluza en adobo con zanahorias salteadas Fruta y pan Bolognese pasta spirals Hake in marinade with sautéed carrots Fruit and bread	18 Garbanzos estofados Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed chickpeas Baked loin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	19 Paella mixta Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Fruta y pan Mixed paella Zucchini omelette with lettuce & carrot Fruit and bread	20 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan Vegetables cream Baked chicken with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 3154/754 GT: 19 GS: 3 HC: 113 AZ: 27 PROT: 70 SAL: 2
23 Arroz a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Napolitan rice Andalusian style sole with lettuce and beets Fruit and bread	24 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	25 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan Carrot cream Baked chicken drumsticks with potatoes, tomato & onion Fruit and bread	26 Macarrones (integrales) con salsa de tomate Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Macaroni (whole grain) with tomato sauce Hake fillet in carrot sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	27 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 2977/712 GT: 16 GS: 3 HC: 107 AZ: 29 PROT: 37 SAL: 2
30 Crema de calabacín Magro con tomate con arroz Fruta y pan Zucchini cream Pork steak with tomatoes with rice Fruit and bread				SIN LACTOSA Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3022/723 GT: 12 GS: 2 HC: 114 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1

MES: Septiembre 2024

HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Coditos con salsa de tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	10 Patatas estofadas Revuelto de queso con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre lácteo y pan Stewed potatoes Scrambled eggs with cheese with lettuce, carrot & sweetcorn Dairy dessert and bread	11 Crema de calabacín con picatostes Pollo a la barbacoa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Zucchini cream with croutons Roasted chicken with barbecue sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	12 Sopa de picadillo Albóndigas caseras con papas dado Yogur y pan Soup with ham & egg bits Homemade meatballs with diced potatoes Yoghurt and bread	13 Arroz a la napolitana Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Napolitan rice Battered & fried haddock with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3251/778 GT: 38 GS: 6 HC: 95 AZ: 24 PROT: 31 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa casera con arroz Fruta y pan Sautéed green beans with potatoes Homemade hamburger with rice Fruit and bread	17 Espirales a la boloñesa Merluza en adobo con zanahorias salteadas Postre lácteo y pan Bolognese pasta spirals Hake in marinade with sautéed carrots Dairy dessert and bread	18 Garbanzos estofados Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed chickpeas Baked loin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	19 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread	20 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan Vegetables cream Baked chicken with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 3148/753 GT: 20 GS: 4 HC: 109 AZ: 23 PROT: 71 SAL: 2
23 Arroz a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Napolitan rice Andalusian style sole with lettuce and beets Fruit and bread	24 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread	25 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan Carrot cream Baked chicken drumsticks with potatoes, tomato & onion Fruit and bread	26 Macarrones (integrales) con salsa de quesos Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Macaroni (whole grain) with cheese sauce Hake fillet in carrot sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread	27 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 3005/719 GT: 18 GS: 4 HC: 101 AZ: 26 PROT: 38 SAL: 2
30 Crema de calabacín Magro con tomate con arroz Fruta y pan Zucchini cream Pork steak with tomatoes with rice Fruit and bread				SIN LENTEJAS, GUISANTES NI FRUTOS SECOS Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3022/723 GT: 12 GS: 2 HC: 114 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1

MES: Septiembre 2024

HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Coditos con salsa de tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	10 Lentejas a la riojana Revuelto de queso con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre lácteo y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with cheese with lettuce, carrot & sweetcorn Dairy dessert and bread	11 Crema de calabacín con picatostes Pollo a la barbacoa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Zucchini cream with croutons Roasted chicken with barbecue sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	12 Sopa de picadillo Albóndigas a la jardinera con papas dado Yogur y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with vegetables with diced potatoes Yoghurt and bread	13 Arroz a la napolitana Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Napolitan rice Battered & fried haddock with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3315/793 GT: 39 GS: 7 HC: 95 AZ: 24 PROT: 32 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa al horno con arroz Fruta y pan Sautéed green beans with potatoes Baked hamburger with rice Fruit and bread	17 Espirales a la boloñesa Merluza en adobo con zanahorias salteadas Postre lácteo y pan Bolognese pasta spirals Hake in marinade with sautéed carrots Dairy dessert and bread	18 Garbanzos estofados Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed chickpeas Baked loin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	19 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread	20 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan Vegetables cream Baked chicken with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 3148/753 GT: 20 GS: 4 HC: 109 AZ: 23 PROT: 71 SAL: 2
23 Arroz a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Napolitan rice Andalusian style sole with lettuce and beets Fruit and bread	24 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread	25 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan Carrot cream Baked chicken drumsticks with potatoes, tomato & onion Fruit and bread	26 Macarrones (integrales) con salsa de quesos Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Macaroni (whole grain) with cheese sauce Hake fillet in carrot sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread	27 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 3005/719 GT: 18 GS: 4 HC: 101 AZ: 26 PROT: 38 SAL: 2
30 Crema de calabacín Magro con tomate con arroz Fruta y pan Zucchini cream Pork steak with tomatoes with rice Fruit and bread				SIN MARISCO Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3022/723 GT: 12 GS: 2 HC: 114 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1

MES: Septiembre 2024

HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Coditos con salsa de tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	10 Lentejas a la riojana Revuelto de queso con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre lácteo y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with cheese with lettuce, carrot & sweetcorn Dairy dessert and bread	11 Crema de calabacín con picatostes Pollo a la barbacoa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Zucchini cream with croutons Roasted chicken with barbecue sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	12 Sopa de picadillo Albóndigas a la jardinera con papas dado Yogur y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with vegetables with diced potatoes Yoghurt and bread	13 Arroz a la napolitana Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Napolitan rice Battered & fried haddock with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3315/793 GT: 39 GS: 7 HC: 95 AZ: 24 PROT: 32 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa al horno con arroz Fruta y pan Sautéed green beans with potatoes Baked hamburger with rice Fruit and bread	17 Espirales a la boloñesa Pavo a la plancha con zanahorias salteadas Postre lácteo y pan Bolognese pasta spirals Grilled turkey with sautéed carrots Dairy dessert and bread	18 Garbanzos estofados Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed chickpeas Baked loin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	19 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread	20 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan Vegetables cream Baked chicken with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 2982/713 GT: 17 GS: 4 HC: 109 AZ: 24 PROT: 34 SAL: 2
23 Arroz a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Napolitan rice Andalusian style sole with lettuce and beets Fruit and bread	24 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread	25 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan Carrot cream Baked chicken drumsticks with potatoes, tomato & onion Fruit and bread	26 Macarrones (integrales) con salsa de quesos Filete de ternera con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Macaroni (whole grain) with cheese sauce Beef steak with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread	27 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 3019/722 GT: 18 GS: 4 HC: 100 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 1
30 Crema de calabacín Magro con tomate con arroz Fruta y pan Zucchini cream Pork steak with tomatoes with rice Fruit and bread				SIN MERLUZA NI MARISCO Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3022/723 GT: 12 GS: 2 HC: 114 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1

MES: Septiembre 2024

HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Coditos con salsa de tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	10 Patatas estofadas Revuelto de queso con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre lácteo y pan Stewed potatoes Scrambled eggs with cheese with lettuce, carrot & sweetcorn Dairy dessert and bread	11 Crema de zanahoria con picatostes Pollo a la barbacoa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Carrot cream with croutons Roasted chicken with barbecue sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	12 Sopa de picadillo Albóndigas caseras con papas dado Yogur y pan Soup with ham & egg bits Homemade meatballs with diced potatoes Yoghurt and bread	13 Arroz a la napolitana Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Napolitan rice Battered & fried haddock with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3253/778 GT: 37 GS: 6 HC: 97 AZ: 24 PROT: 30 SAL: 2
16 Ensalada campera Hamburguesa casera con arroz Fruta y pan Rural Salad Homemade hamburger with rice Fruit and bread	17 Espirales a la boloñesa Merluza en adobo con zanahorias salteadas Postre lácteo y pan Bolognese pasta spirals Hake in marinade with sautéed carrots Dairy dessert and bread	18 Sopa de fideos Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Noodle soup Baked loin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	19 Paella mixta Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Mixed paella French omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread	20 Crema de zanahoria Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan Carrot cream Baked chicken with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 2988/715 GT: 20 GS: 4 HC: 99 AZ: 24 PROT: 71 SAL: 2
23 Arroz a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Napolitan rice Andalusian style sole with lettuce and beets Fruit and bread	24 Sopa de fideos Lomo al horno Postre lácteo y pan Noodle soup Baked loin Dairy dessert and bread	25 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan Carrot cream Baked chicken drumsticks with potatoes, tomato & onion Fruit and bread	26 Macarrones (integrales) con salsa de quesos Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Macaroni (whole grain) with cheese sauce Hake fillet in carrot sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread	27 Brócoli salteado Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Sautéed broccoli Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 2688/643 GT: 16 GS: 4 HC: 89 AZ: 25 PROT: 35 SAL: 2
30 Crema de calabacín Magro con tomate con arroz Fruta y pan Zucchini cream Pork steak with tomatoes with rice Fruit and bread				LEGUMBRES (sí judías pintas), CALABACÍN, CALABAZA, FRUTOS SECOS, SEMILLAS, MELOCOTÓN Y FAMILIA, KIWI, AGUACATE, COLIFLOR Y MELÓN Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3022/723 GT: 12 GS: 2 HC: 114 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1

MES: Septiembre 2024

HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Coditos con salsa de tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	10 Lentejas a la riojana Revuelto de queso con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre lácteo y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with cheese with lettuce, carrot & sweetcorn Dairy dessert and bread	11 Crema de calabacín con picatostes Pollo a la barbacoa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Zucchini cream with croutons Roasted chicken with barbecue sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	12 Sopa de picadillo Albóndigas a la jardinera con papas dado Yogur y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with vegetables with diced potatoes Yoghurt and bread	13 Arroz a la napolitana Pechuga de pavo al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Napolitan rice Baked turkey breast with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3142/752 GT: 31 GS: 6 HC: 96 AZ: 24 PROT: 31 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa al horno con arroz Fruta y pan Sautéed green beans with potatoes Baked hamburger with rice Fruit and bread	17 Espirales a la boloñesa Pavo a la plancha con zanahorias salteadas Postre lácteo y pan Bolognese pasta spirals Grilled turkey with sautéed carrots Dairy dessert and bread	18 Garbanzos estofados Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed chickpeas Baked loin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	19 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread	20 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan Vegetables cream Baked chicken with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 2982/713 GT: 17 GS: 4 HC: 109 AZ: 24 PROT: 34 SAL: 2
23 Arroz a la napolitana Lomo al horno con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Napolitan rice Baked loin with lettuce and beets Fruit and bread	24 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread	25 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan Carrot cream Baked chicken drumsticks with potatoes, tomato & onion Fruit and bread	26 Macarrones (integrales) con salsa de quesos Filete de ternera con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Macaroni (whole grain) with cheese sauce Beef steak with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread	27 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 3051/730 GT: 19 GS: 5 HC: 100 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 2
30 Crema de calabacín Magro con tomate con arroz Fruta y pan Zucchini cream Pork steak with tomatoes with rice Fruit and bread				SIN PESCADO NI BERENJENA Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3022/723 GT: 12 GS: 2 HC: 114 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1

MES: Septiembre 2024

HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Coditos con salsa de tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	10 Lentejas a la riojana Revuelto de queso con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre lácteo y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with cheese with lettuce, carrot & sweetcorn Dairy dessert and bread	11 Crema de calabacín con picatostes Pollo a la barbacoa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Zucchini cream with croutons Roasted chicken with barbecue sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	12 Sopa de picadillo Albóndigas a la jardinera con papas dado Yogur y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with vegetables with diced potatoes Yoghurt and bread	13 Arroz a la napolitana Pechuga de pavo al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Napolitan rice Baked turkey breast with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3142/752 GT: 31 GS: 6 HC: 96 AZ: 24 PROT: 31 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa al horno con arroz Fruta y pan Sautéed green beans with potatoes Baked hamburger with rice Fruit and bread	17 Espirales a la boloñesa Pavo a la plancha con zanahorias salteadas Postre lácteo y pan Bolognese pasta spirals Grilled turkey with sautéed carrots Dairy dessert and bread	18 Garbanzos estofados Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed chickpeas Baked loin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	19 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread	20 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan Vegetables cream Baked chicken with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 2982/713 GT: 17 GS: 4 HC: 109 AZ: 24 PROT: 34 SAL: 2
23 Arroz a la napolitana Lomo al horno con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Napolitan rice Baked loin with lettuce and beets Fruit and bread	24 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread	25 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan Carrot cream Baked chicken drumsticks with potatoes, tomato & onion Fruit and bread	26 Macarrones (integrales) con salsa de quesos Filete de ternera con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Macaroni (whole grain) with cheese sauce Beef steak with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread	27 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 3051/730 GT: 19 GS: 5 HC: 100 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 2
30 Crema de calabacín Magro con tomate con arroz Fruta y pan Zucchini cream Pork steak with tomatoes with rice Fruit and bread				SIN PESCADO NI BIVALVOS Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3022/723 GT: 12 GS: 2 HC: 114 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1

MES: Septiembre 2024 HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Coditos con salsa de tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	10 Lentejas a la riojana Revuelto de queso con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre lácteo y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with cheese with lettuce, carrot & sweetcorn Dairy dessert and bread	11 Crema de calabacín con picatostes Pollo a la barbacoa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Zucchini cream with croutons Roasted chicken with barbecue sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	12 Sopa de picadillo Albóndigas a la jardinera con papas dado Yogur y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with vegetables with diced potatoes Yoghurt and bread	13 Arroz a la napolitana Pechuga de pavo al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Napolitan rice Baked turkey breast with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3142/752 GT: 31 GS: 6 HC: 96 AZ: 24 PROT: 31 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa al horno con arroz Fruta y pan Sautéed green beans with potatoes Baked hamburger with rice Fruit and bread	17 Espirales a la boloñesa Pavo a la plancha con zanahorias salteadas Postre lácteo y pan Bolognese pasta spirals Grilled turkey with sautéed carrots Dairy dessert and bread	18 Garbanzos estofados Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed chickpeas Baked loin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	19 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread	20 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan Vegetables cream Baked chicken with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 2982/713 GT: 17 GS: 4 HC: 109 AZ: 24 PROT: 34 SAL: 2
23 Arroz a la napolitana Lomo al horno con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Napolitan rice Baked loin with lettuce and beets Fruit and bread	24 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread	25 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan Carrot cream Baked chicken drumsticks with potatoes, tomato & onion Fruit and bread	26 Macarrones (integrales) con salsa de quesos Filete de ternera con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Macaroni (whole grain) with cheese sauce Beef steak with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread	27 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 3051/730 GT: 19 GS: 5 HC: 100 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 2
30 Crema de calabacín Magro con tomate con arroz Fruta y pan Zucchini cream Pork steak with tomatoes with rice Fruit and bread				SIN PESCADO Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3022/723 GT: 12 GS: 2 HC: 114 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1

MES: Septiembre 2024
HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Coditos con salsa de tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	10 Lentejas a la riojana Revuelto de queso con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre lácteo y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with cheese with lettuce, carrot & sweetcorn Dairy dessert and bread	11 Crema de calabacín Pollo en salsa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Zucchini cream Chicken in sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	12 Sopa de fideos Albóndigas a la jardinera con patatas dado Yogur y pan Noodle soup Meatballs with vegetables with diced potatoes Yoghurt and bread	13 Arroz a la napolitana Abadejo en salsa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Napolitan rice Haddock in sauce with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3078/736 GT: 23 GS: 6 HC: 96 AZ: 23 PROT: 36 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa al horno con arroz Fruta y pan Sautéed green beans with potatoes Baked hamburger with rice Fruit and bread	17 Espirales a la boloñesa Merluza en adobo con zanahorias salteadas Postre lácteo y pan Bolognese pasta spirals Hake in marinade with sautéed carrots Dairy dessert and bread	18 Garbanzos estofados Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed chickpeas Baked loin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	19 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread	20 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan Vegetables cream Baked chicken with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 3148/753 GT: 20 GS: 4 HC: 109 AZ: 23 PROT: 71 SAL: 2
23 Arroz a la napolitana Lomo al horno con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Napolitan rice Baked loin with lettuce and beets Fruit and bread	24 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread	25 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan Carrot cream Baked chicken drumsticks with potatoes, tomato & onion Fruit and bread	26 Macarrones (integrales) con salsa de quesos Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Macaroni (whole grain) with cheese sauce Hake fillet in carrot sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread	27 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 3037/727 GT: 19 GS: 5 HC: 101 AZ: 26 PROT: 38 SAL: 2
30 Crema de calabacín Magro con tomate con arroz Fruta y pan Zucchini cream Pork steak with tomatoes with rice Fruit and bread				SIN PESCADO PLANO (MENÚ INFANTIL) Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3022/723 GT: 12 GS: 2 HC: 114 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1