

MES: Mayo 2019

COLEGIO: STELLA MARIS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
SIN PROTEÍNA DE LECHE DE VACA		1 FESTIVO	2 FESTIVO	3 NO LECTIVO
6 Espaguetis con salsa de tomate Lacón al horno con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Spaghetti with tomato sauce Baked lacón pork with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread	7 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur de soja y pan Stewed lentils Omelette with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Soy yoghurt and bread	8 Crema de calabacín Ragout de pavo con patatas dado Fruta y pan Zucchini cream Turkey stew with diced potatoes Fruit and bread	9 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	10 Arroz con verduras Perca empanada con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with vegetables Breaded perch with green salad with olives Fruit and bread
13 Sopa de ave con arroz Albóndigas con tomate con patatas dado Fruta y pan Chicken soup with rice Meatballs with tomato sauce with diced potatoes Fruit and bread	14 Espirales con tomate Bienmesabe con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Yogur de soja y pan Spirals with tomato sauce Bienmesabe with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Soy yoghurt and bread	15 FESTIVO	16 Crema de verduras Estofado de cerdo con tomate con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Vegetables cream Stewed pork in tomato sauce with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	17 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Beans with vegetables Spanish potato omelette with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread
20 Judías verdes con tomate Pollo asado al romero con patatas fritas Fruta y pan Green beans with tomatoe Rosemary grilled chicken with french fries Fruit and bread	21 Lentejas a la jardinera Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur de soja y pan Vegetables lentils Zucchini omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Soy yoghurt and bread	22 Coditos con salsa de tomate Filete de merluza al horno con guisantes salteados Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Baked hake with sautéed peas Fruit and bread	23 Crema de alubias Salteado moruno con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Cream of beans Shish-kabab with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread	24 Patatas estofadas con verduras Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed potatoes with vegetables Baked sole with lettuce & sweetcorn Fruit and bread
27 Crema de verduras Pechuga de pollo a la plancha con patatas fritas Fruta y pan Vegetables cream Chicken breast with french fries Fruit and bread	28 Sopa de cocido Cocido completo Yogur de soja y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Soy yoghurt and bread	29 Macarrones con salsa de tomate Filete de palometa con pisto Fruta y pan Macaroni with tomato sauce Pomfret with ratatouille Fruit and bread	30 Arroz con salsa de tomate Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled hamburger with lettuce & tomatoes Fruit and bread	31 Lentejas estofadas con verduras Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Stewed lentils Scrambled eggs with mushrooms with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread