

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Mayo 2019

COLEGIO: STELLA MARIS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1 FESTIVO	2 FESTIVO	3 NO LECTIVO
6 Espaguetis a la genovesa San Jacobo con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Spaghetti in genovese sauce Cooked breaded ham & cheese escalope with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread	7 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de queso con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur y pan Stewed lentils Cheese omelette with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt and bread	8 Crema de calabacín Ragout de pavo con patatas dado Fruta Zucchini cream Turkey stew with diced potatoes Fruit	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 gratinados Bienmesabe con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Helado y pan Spirals au gratin Bienmesabe with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Ice cream 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 en pepitoria con patatas fritas Fruta y pan Green beans with tomatoe Chicken in pepitoria sauce with french fries Fruit and bread	21 Lentejas a la jardinera Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur y pan Vegetables lentils Zucchini omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Yoghurt and bread	22 Coditos gratinados Filete de merluza en salsa verde con guisantes salteados Fruta y pan Grilled elbow macaroni Hake in green sauce 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 Helado y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Ice cream and bread	29 Macarrones a la carbonara Filete de palometa con pisto Fruta y pan Macaroni in carbonara sauce Pomfret with ratatouille Fruit and bread	30 Arroz a la milanese Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Milanese rice 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