

MES: Diciembre 2019

COLEGIO: STELLA MARIS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<b>2</b> Lentejas estofadas con verduras Pavo a la plancha con menestra de verduras salteadas Fruta y pan Stewed lentils Grilled turkey with minestrone Fruit and bread	<b>3</b> Sopa de estrellas Albóndigas a la jardinera con patatas al vapor Yogur y pan Star pasta soup Meatballs with vegetables with steamed potatoes Yoghurt and bread	<b>4</b> Macarrones con salsa de tomate Huevos revueltos con ensalada de tomate y maíz Fruta y pan Macaroni with tomato sauce Scrambled eggs with tomatoes & sweetcorn Fruit and bread	<b>5</b> Arroz a la napolitana Lacón a la gallega con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Napolitan rice Lacón pork shoulder with potatoes with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	<b>6</b> <b>FESTIVO</b>	VE: 3043/728 GT: 17 GS: 4 HC: 110 AZ: 26 PROT: 36 SAL: 3
<b>9</b> <b>FESTIVO</b>	<b>10</b> Espirales con tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur y pan Spirals with tomato sauce Grilled tenderloin with lettuce & olives Yoghurt and bread	<b>11</b> Crema de verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Vegetables cream Scrambled eggs with ham with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread	<b>12</b> Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	<b>13</b> Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo al ajillo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Chicken breast in garlic sauce with lettuce & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2894/692 GT: 18 GS: 4 HC: 99 AZ: 23 PROT: 36 SAL: 2
<b>16</b> Lentejas estofadas con verduras Huevos revueltos con ensalada Fruta y pan Stewed lentils Scrambled eggs with salad Fruit and bread	<b>17</b> Macarrones napolitana Chuleta a la plancha con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Yogur y pan Napolitan macaroni Grilled pork chop with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Yoghurt and bread	<b>18</b> Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	<b>19</b> Arroz con salsa de tomate Estofado de pavo con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Turkey stew with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	<b>20</b> <b>COMIDA ESPECIAL</b> Crema de calabacín Perrito completo con patatas chips Yogur y pan Zucchini cream Hot dog with the works with potato chips Yoghurt and bread	VE: 3130/749 GT: 19 GS: 6 HC: 107 AZ: 23 PROT: 39 SAL: 3
<b>23</b> <b>FESTIVO</b>	<b>24</b> <b>FESTIVO</b>	<b>25</b> <b>FESTIVO</b>	<b>26</b> <b>FESTIVO</b>	<b>27</b> <b>FESTIVO</b>	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
<b>30</b> <b>FESTIVO</b>	<b>31</b> <b>FESTIVO</b>			<b>SIN PESCADO</b>	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0