

MES: Diciembre 2019

COLEGIO: STELLA MARIS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2 Lentejas estofadas con verduras Abadejo a la donostiarra con menestra de verduras salteadas Fruta y pan Stewed lentils Basque style haddock with minestrone Fruit and bread	3 Sopa de pasta (sin huevo) Albóndigas a la jardinera con patatas al vapor Yogur y pan Pasta soup (without egg) Meatballs with vegetables with steamed potatoes Yoghurt and bread	4 Pasta (sin huevo) con tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de tomate y maíz Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Chicken breast with tomatoes & sweetcorn Fruit and bread	5 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	6 FESTIVO	VE: 3129/749 GT: 20 GS: 5 HC: 107 AZ: 23 PROT: 39 SAL: 3
9 FESTIVO	10 Pasta (sin huevo) con tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Grilled tenderloin with lettuce & olives Yoghurt and bread	11 Crema de verduras Pavo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Vegetables cream Grilled turkey with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread	12 Sopa de pasta (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan Pasta soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	13 Paella de verduras Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Vegetarian paella Andalusian style sole with lettuce & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2786/667 GT: 17 GS: 3 HC: 98 AZ: 24 PROT: 34 SAL: 2
16 Lentejas estofadas con verduras Pechuga de pollo a la plancha con ensalada Fruta y pan Stewed lentils Chicken breast with salad Fruit and bread	17 Pasta (sin huevo) napolitana Chuleta a la plancha con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Yogur y pan Napolitan pasta (without egg) Grilled pork chop with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Yoghurt and bread	18 Sopa de pasta (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan Pasta soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	19 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Andalusian style hake with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	20 COMIDA ESPECIAL Crema de calabacín Salchichas frescas con patatas chips Postre especial y pan Zucchini cream Sausages with potato chips Special desserts and bread	VE: 3003/718 GT: 20 GS: 5 HC: 100 AZ: 27 PROT: 36 SAL: 3
23 FESTIVO	24 FESTIVO	25 FESTIVO	26 FESTIVO	27 FESTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
30 FESTIVO	31 FESTIVO			SIN HUEVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0