

No huevo/no frutos secos

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 Arroz con salsa de tomate Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked sole with lettuce & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2736/654 GT: 16 GS: 3 HC: 100 AZ: 23 PROT: 32 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 al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked hake with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	20 COMIDA ESPECIAL Crema de calabacín Salchichas frescas con patatas chips Yogur y pan Zucchini cream Sausages with potato chips Yoghurt and bread	VE: 2911/696 GT: 19 GS: 5 HC: 96 AZ: 24 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 NI FRUTOS SECOS	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0