

MES: Diciembre 2019

COLEGIO: STELLA MARIS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<b>2</b> 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	<b>3</b> Sopa de estrellas Filete de ternera con patatas dado Yogur y pan Star pasta soup Beef steak with diced potatoes Yoghurt and bread	<b>4</b> Macarrones con boloñesa de chorizo Tortilla de calabacín con ensalada de tomate con orégano Fruta y pan Macaroni with chorizo sausage bolognese Zucchini omelette with tomatoes with oregano 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: 3283/785 GT: 24 GS: 4 HC: 112 AZ: 24 PROT: 35 SAL: 4
<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 patatas, jamón y champiñones con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Vegetables cream Scrambled eggs with potatoes, ham and mushrooms with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread	<b>12</b> Sopa de ave con pasta Estofado de ternera con zanahoria al vapor Fruta y pan Chicken soup with pasta Beef stew with steamed carrots Fruit and bread	<b>13</b> Paella de verduras Filete de lenguadina a la romana con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Vegetarian paella Battered & fried yellowfin sole with lettuce & sweetcorn Fruit and bread	VE: 3035/726 GT: 22 GS: 4 HC: 99 AZ: 23 PROT: 35 SAL: 3
<b>16</b> Lentejas estofadas con verduras Gratén de huevos Fruta y pan Stewed lentils Eggs au gratin 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 ave con pasta Estofado de ternera con zanahoria al vapor Fruta y pan Chicken soup with pasta Beef stew with steamed carrots Fruit and bread	<b>19</b> Arroz tres delicias Merluza a la romana con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Chinese fried rice Battered & fried hake with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	<b>20</b> <b>COMIDA ESPECIAL</b> Crema de calabacín Perrito completo con ketchup y patatas Postre especial y pan Zucchini cream Hot dog with the works with ketchup & chips Special desserts and bread	VE: 3375/807 GT: 26 GS: 6 HC: 107 AZ: 26 PROT: 38 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 GARBANZOS NI FRUTOS SECOS</b>	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0