

MES: Diciembre 2019

COLEGIO: STELLA MARIS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2 Crema de verduras Abadejo a la donostiarra con menestra de verduras salteadas Fruta y pan Vegetables cream Basque style haddock with minestrone Fruit and bread	3 Sopa de estrellas Filo de ternera en salsa con patatas al vapor Yogur y pan Star pasta soup Veal edge in sauce with steamed potatoes Yoghurt and bread	4 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	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: 2804/671 GT: 17 GS: 3 HC: 99 AZ: 24 PROT: 35 SAL: 3
9 FESTIVO	10 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	11 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	12 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	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: 2792/668 GT: 17 GS: 4 HC: 98 AZ: 22 PROT: 33 SAL: 2
16 Crema de calabaza Huevos revueltos con ensalada Fruta y pan Butternut squash cream Scrambled eggs with salad Fruit and bread	17 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	18 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	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 Pollo asado con patatas chips Yogur y pan Zucchini cream Grilled chicken with potato chips Yoghurt and bread	VE: 2564/613 GT: 13 GS: 3 HC: 87 AZ: 21 PROT: 37 SAL: 2
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 LEGUMBRE	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0