

Sin Cerdo

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 estrellas Filete de ternera con patatas dado Yogur y pan Star pasta soup Beef steak with diced potatoes Yoghurt and bread	4 Macarrones con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de tomate con orégano Fruta y pan Macaroni with tomato sauce Zucchini omelette with tomatoes with oregano Fruit and bread	5 Arroz a la napolitana Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Napolitan rice Chicken breast with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	6 FESTIVO	VE: 3118/746 GT: 22 GS: 4 HC: 106 AZ: 26 PROT: 37 SAL: 3
9 FESTIVO	10 Espirales con tomate Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur y pan Spirals with tomato sauce Grilled turkey with lettuce & olives Yoghurt and bread	11 Crema de verduras Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Vegetables cream Scrambled eggs with mushrooms with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread	12 Sopa de ave con pasta Cocido completo (sin chorizo) Fruta y pan Chicken soup with pasta Full course "cocido" stew (without chorizo sausage) Fruit and bread	13 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: 2960/708 GT: 20 GS: 3 HC: 100 AZ: 24 PROT: 34 SAL: 2
16 Lentejas estofadas con verduras Huevos revueltos con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Stewed lentils Scrambled eggs with green salad with olives Fruit and bread	17 Macarrones napolitana Estofado de pavo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Yogur y pan Napolitan macaroni Turkey stew with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Yoghurt and bread	18 Sopa de ave con pasta Cocido completo (sin chorizo) Fruta y pan Chicken soup with pasta Full course "cocido" stew (without chorizo sausage) Fruit and bread	19 Arroz con salsa de tomate Merluza a la romana con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Battered & fried hake with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	20 COMIDA ESPECIAL Crema de calabacín Pollo asado al romero con ketchup y patatas Postre especial y pan Zucchini cream Rosemary grilled chicken with ketchup & chips Special desserts and bread	VE: 3201/766 GT: 23 GS: 5 HC: 103 AZ: 25 PROT: 39 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 CERDO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0