

# Alergias combinadas

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 pasta (sin huevo) Filete de ternera con patatas al vapor Yogur y pan Pasta soup (without egg) Beef steak with steamed potatoes Yoghurt and bread	<b>4</b> 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	<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: 3024/723 GT: 18 GS: 3 HC: 106 AZ: 23 PROT: 39 SAL: 4
<b>9</b> <b>FESTIVO</b>	<b>10</b> 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	<b>11</b> 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	<b>12</b> Sopa de pasta (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan Pasta soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	<b>13</b> 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
<b>16</b> Lentejas estofadas con verduras Pechuga de pollo a la plancha con ensalada Fruta y pan Stewed lentils Chicken breast with salad Fruit and bread	<b>17</b> 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	<b>18</b> Sopa de pasta (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan Pasta soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	<b>19</b> 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	<b>20</b> <b>COMIDA ESPECIAL</b> 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
<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 HUEVO NI ALUBIAS</b>	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0