

MES: Enero 2020

COLEGIO: STELLA MARIS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN ARROZ NI MAIZ		1 <b>FESTIVO</b>	2 <b>FESTIVO</b>	3 <b>FESTIVO</b>	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
6 <b>FESTIVO</b>	7 <b>FESTIVO</b>	8 Crema de verduras San Jacobo casero con patatas fritas Fruta y pan Vegetables cream Homemade cooked breaded ham & cheese escalope with french fries Fruit and bread	9 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	10 Macarrones con salsa cuatro quesos Filete de merluza en salsa verde con ensalada Fruta y pan Macaroni with four cheese sauce Hake in green sauce with salad Fruit and bread	VE: 3918/937 GT: 34 GS: 10 HC: 116 AZ: 31 PROT: 44 SAL: 4
13 Fideuá de pollo Abadejo al horno con ensalada Fruta y pan Chicken fideua Baked haddock with salad Fruit and bread	14 Lentejas a la jardinera Tortilla de patata y calabacín con ensalada Yogur y pan Vegetables lentils Potato & zucchini omelette with salad Yoghurt and bread	15 Crema de calabacín Lacón a la gallega con ensalada Fruta y pan Zucchini cream Lacón pork shoulder with potatoes with salad Fruit and bread	16 <b>JORNADA JAPONESA</b> Tallarines salteados con verduras Pollo asado al limón Natillas y pan Tagliatelle sautéed with vegetables Grilled lemon chicken Custard and bread	17 Crema de verduras Filete de merluza a la andaluza con ensalada Fruta y pan Vegetables cream Andalusian style hake with salad Fruit and bread	VE: 2650/634 GT: 14 GS: 3 HC: 97 AZ: 23 PROT: 33 SAL: 2
20 Macarrones con salsa de tomate Hamburguesa al horno con salteado de verduras Fruta y pan Macaroni with tomato sauce Baked hamburger with sautéed vegetables Fruit and bread	21 Crema de calabacín Lomo a la plancha con ensalada Yogur y pan Zucchini cream Grilled tenderloin with salad Yoghurt and bread	22 Puré de verduras Tortilla francesa con ensalada Fruta y pan Vegetables purée Omelette with salad Fruit and bread	23 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	24 Salteado de judías verdes con bacon Filete de lenguadina a la andaluza con patatas fritas Fruta y pan Sautéed green beans with bacon Andalusian style sole with french fries Fruit and bread	VE: 2698/645 GT: 20 GS: 4 HC: 89 AZ: 26 PROT: 33 SAL: 2
27 Coditos con salsa de tomate Ventresca de merluza en salsa verde con ensalada Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Hake in green sauce with salad Fruit and bread	28 Alubias estofadas con verduras Jamoncitos de pollo al horno con patatas fritas Yogur y pan Beans with vegetables Baked chicken drumsticks with french fries Yoghurt and bread	29 Crema parmentier con jamón Chuleta de Sajonia con ensalada Fruta y pan Parmentier Soup with ham Kassler with salad Fruit and bread	30 Puré de calabaza Abadejo a la donostiarra con ensalada Fruta y pan Butternut squash purée Basque style haddock with salad Fruit and bread	31 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y cebolla Fruta y pan Stewed lentils Omelette with lettuce salad with onion Fruit and bread	VE: 3015/721 GT: 22 GS: 3 HC: 96 AZ: 25 PROT: 39 SAL: 2