

MES: Marzo 2020

COLEGIO: STELLA MARIS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<b>2</b>  <b>FESTIVO</b>	<b>3</b> Pasta (sin huevo) con tomate Lacón a la gallega con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Yogur y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Yoghurt and bread	<b>4</b> Crema de calabacín Pollo asado con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Zucchini cream Grilled chicken with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread	<b>5</b> Sopa de ave con pasta (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan Chicken soup with pasta (no egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	<b>6</b> Arroz con salsa de tomate Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked sole with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 2893/692 GT: 16 GS: 4 HC: 104 AZ: 23 PROT: 36 SAL: 3
<b>9</b> Sopa de pasta (sin huevo) Salchichas frescas al horno con patatas al vapor Fruta y pan Pasta soup (without egg) Baked fresh sausage with steamed potatoes Fruit and bread	<b>10</b> Lentejas estofadas con verduras Pavo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Stewed lentils Grilled turkey with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread	<b>11</b> Arroz a la napolitana Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Napolitan rice Baked hake with green salad with olives Fruit and bread	<b>12</b> Crema de verduras Magro en salsa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Vegetables cream Lean pork in sauce with lettuce & tomatoes Fruit and bread	<b>13</b> Pasta (sin huevo) con tomate Abadejo al horno con ensalada de lechuga Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Baked haddock with lettuce Fruit and bread	VE: 2830/677 GT: 17 GS: 4 HC: 99 AZ: 24 PROT: 35 SAL: 3
<b>16</b> Crema de verduras Estofado de pavo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Vegetables cream Turkey stew with lettuce & sweetcorn Fruit and bread	<b>17</b> Pasta (sin huevo) con tomate Lacón a la gallega con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes with green salad with olives Yoghurt and bread	<b>18</b> Sopa de ave con pasta (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan Chicken soup with pasta (no egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	<b>19</b> Puré de verduras Hamburguesa a la plancha con patatas al vapor Bebedino y pan Vegetables purée Grilled hamburger with steamed potatoes Bebedino and bread	<b>20</b> Arroz a la napolitana Filete de merluza al horno con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Napolitan rice Baked hake with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread	VE: 2763/661 GT: 17 GS: 4 HC: 98 AZ: 22 PROT: 31 SAL: 3
<b>23</b> Lentejas a la jardinera Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Vegetables lentils Baked sole with lettuce & sweetcorn Fruit and bread	<b>24</b> Sopa de pasta (sin huevo) Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur y pan Pasta soup (without egg) Grilled chicken with lettuce & olives Yoghurt and bread	<b>25</b> Pasta (sin huevo) con tomate Ventresca de merluza al horno con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Baked hake with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	<b>26</b> Crema de zanahoria Magro al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Carrot cream Pork loin roast with green salad with olives Fruit and bread	<b>27</b> Alubias pintas estofadas Filete de ternera con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Stewed pinto beans Beef steak with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread	VE: 2663/637 GT: 13 GS: 2 HC: 94 AZ: 22 PROT: 38 SAL: 2
<b>30</b> Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked hake with lettuce & tomatoes Fruit and bread	<b>31</b> Pasta (sin huevo) con tomate Pavo a la plancha con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Yogur y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Grilled turkey with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Yoghurt and bread			<b>SIN HUEVO</b>	VE: 2715/649 GT: 11 GS: 2 HC: 104 AZ: 19 PROT: 33 SAL: 3