

Sin Lactosa

MES: Diciembre 2021

COLEGIO: STELLA MARIS

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>		<p>1</p> <p>Macarrones (integrales) con salsa de tomate Lomo al ajillo con patatas dado Fruta y pan Macaroni (whole grain) with tomato sauce Tenderloin with garlic with diced potatoes Fruit and bread</p> <p>VE:3.926/939 GT:34 GS:6 HC:123 AZ:34 PROT:48 SAL:3</p>	<p>2</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread</p> <p>VE:3.102/742 GT:21 GS:6 HC:101 AZ:29 PROT:40 SAL:2</p>	<p>3</p> <p>Crema de puerros Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga Fruta y pan Cream of leek Andalusian style haddock with lettuce Fruit and bread</p> <p>VE:2.303/551 GT:16 GS:2 HC:82 AZ:27 PROT:31 SAL:1</p>
<p>6</p> <p>FESTIVO</p>	<p>7</p> <p>FESTIVO</p>	<p>8</p> <p>FESTIVO</p>	<p>9</p> <p>Lentejas a la jardinera Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Vegetables lentils French omelette with lettuce & olives Fruit and bread</p> <p>VE:2.499/598 GT:11 GS:1 HC:108 AZ:24 PROT:18 SAL:2</p>	<p>10</p> <p>Arroz con salsa de tomate Abadejo al ajillo con patatas dado Fruta y pan Rice with tomato sauce Haddock with garlic with diced potatoes Fruit and bread</p> <p>VE:4.038/966 GT:44 GS:5 HC:126 AZ:24 PROT:38 SAL:2</p>
<p>13</p> <p>Lentejas a la jardinera Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Vegetables lentils Scrambled eggs with ham with green salad with olives Fruit and bread</p> <p>VE:2.770/663 GT:13 GS:2 HC:111 AZ:25 PROT:23 SAL:2</p>	<p>14</p> <p>Arroz con salsa de tomate Ventresca de merluza con refrito de ajo y balsámico con patatas dado Yogur de soja y pan Rice with tomato sauce Hake fillet with fried garlic and balsamic with diced potatoes Soy yoghurt and bread</p> <p>VE:3.737/894 GT:38 GS:4 HC:106 AZ:3 PROT:38 SAL:3</p>	<p>15</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread</p> <p>VE:3.102/742 GT:21 GS:6 HC:101 AZ:29 PROT:40 SAL:2</p>	<p>16</p> <p>Crema de verduras Pollo asado al jugo con patatas fritas Gelatina de fresa y pan Vegetables cream Grilled chicken with its juice with french fries Strawberry jelly and bread</p> <p>VE:3.494/836 GT:34 GS:5 HC:76 AZ:24 PROT:55 SAL:2</p>	<p>17</p> <p>Espirales con tomate Fingers de pollo con ensalada de lechuga Fruta y pan Spirals with tomato sauce Chicken fingers with lettuce Fruit and bread</p> <p>VE:4.265/1.020 GT:20 GS:4 HC:140 AZ:25 PROT:37 SAL:2</p>
<p>20</p> <p>Sopa de estrellas Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Star pasta soup Spanish omelette with courgette with lettuce & olives Fruit and bread</p> <p>VE:2.424/580 GT:20 GS:3 HC:89 AZ:26 PROT:15 SAL:3</p>	<p>21</p> <p>Coditos con salsa de tomate Varitas de merluza aptas con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur de soja y pan Elbow macaroni with tomato sauce Hake fishsticks with lettuce & olives Soy yoghurt and bread</p> <p>VE:3.441/823 GT:34 GS:3 HC:92 AZ:4 PROT:37 SAL:2</p>	<p>22</p> <p>COMIDA ESPECIAL Arroz con salsa de tomate Fingers de pollo con patatas chips Postre especial y pan Rice with tomato sauce Chicken fingers with potato chips Special desserts and bread</p> <p>VE:4.647/1.112 GT:25 GS:7 HC:149 AZ:23 PROT:37 SAL:2</p>	<p>23</p>	<p>24</p>
<p>27</p>	<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30</p>	<p>31</p>