

Alergias combinadas

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Diciembre 2021

COLEGIO: STELLA MARIS

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

SIN HUEVO NI ALUBIAS Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es

1

Pasta (sin huevo) con tomate con salsa de tomate
Lomo al ajillo con patatas dado
Fruta y pan
Pasta (without egg) with tomato sauce with tomato sauce
Tenderloin with garlic with diced potatoes
Fruit and bread

VE:3.570/854 GT:32 GS:6 HC:117 AZ:24 PROT:36 SAL:3

2

Sopa de cocido (sin huevo)
Cocido completo
Fruta y pan
"Cocido" soup (without egg)
Full course "cocido" stew
Fruit and bread

VE:3.235/774 GT:22 GS:6 HC:105 AZ:29 PROT:41 SAL:2

3

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

VE:2.303/551 GT:16 GS:2 HC:82 AZ:27 PROT:31 SAL:1

6

FESTIVO

7

FESTIVO

8

FESTIVO

9

Lentejas a la jardinera
Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan
Vegetables lentils
Grilled turkey with lettuce & olives
Fruit and bread

VE:2.687/643 GT:11 GS:1 HC:112 AZ:27 PROT:26 SAL:2

10

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

VE:4.038/966 GT:44 GS:5 HC:126 AZ:24 PROT:38 SAL:2

13

Lentejas a la jardinera
Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta y pan
Vegetables lentils
Grilled tenderloin with green salad with olives
Fruit and bread

VE:2.946/705 GT:16 GS:4 HC:111 AZ:24 PROT:28 SAL:3

14

Arroz con salsa de tomate
Ventresca de merluza con refrito de ajo y balsámico con patatas dado
Yogur y pan
Rice with tomato sauce
Hake fillet with fried garlic and balsamic with diced potatoes
Yoghurt and bread

VE:3.791/907 GT:40 GS:7 HC:109 AZ:9 PROT:37 SAL:3

15

Sopa de cocido (sin huevo)
Cocido completo
Fruta y pan
"Cocido" soup (without egg)
Full course "cocido" stew
Fruit and bread

VE:3.235/774 GT:22 GS:6 HC:105 AZ:29 PROT:41 SAL:2

16

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

VE:3.494/836 GT:34 GS:5 HC:76 AZ:24 PROT:55 SAL:2

17

Pasta (sin huevo) con tomate
Fingers de pollo con ensalada de lechuga
Fruta y pan
Pasta (without egg) with tomato sauce
Chicken fingers with lettuce
Fruit and bread

VE:3.958/947 GT:19 GS:4 HC:126 AZ:25 PROT:34 SAL:2

20

Sopa de pasta (sin huevo)
Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan
Pasta soup (without egg)
Chicken breast with lettuce & olives
Fruit and bread

VE:2.115/506 GT:12 GS:1 HC:72 AZ:24 PROT:33 SAL:3

21

Pasta (sin huevo) con tomate
Varitas de merluza aptas con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Yogur y pan
Pasta (without egg) with tomato sauce
Hake fishsticks with lettuce & olives
Yoghurt and bread

VE:3.217/770 GT:33 GS:5 HC:90 AZ:9 PROT:35 SAL:3

22

COMIDA ESPECIAL
Arroz con salsa de tomate
Pizza margarita con patatas chips
Postre especial y pan
Rice with tomato sauce
Margherita pizza with potato chips
Special desserts and bread

VE:4.613/1.104 GT:28 GS:10 HC:181 AZ:25 PROT:31 SAL:4

23

24

27

28

29

30

31