

MES: Marzo 2026

STELLA MARIS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
2 Arroz a la napolitana Revuelto de queso con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan Napolitan rice Scrambled eggs with cheese with lettuce and carrot salad Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos VE:3.068/734 GT:16 GS:2 HC:122 AZ:28 PROT:27 SAL:1	3 Lentejas a la riojana Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan integral Rioja style lentils Cod delights with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta VE:3.540/847 GT:39 GS:7 HC:91 AZ:11 PROT:33 SAL:1	4 Sopa de estrellas Pollo al horno con patatas asadas Fruta (eco.) y pan Star pasta soup Pollo al horno with roasted potatoes Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos VE:2.182/522 GT:10 GS:2 HC:82 AZ:22 PROT:25 SAL:3	5 Alubias estofadas con verduras Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan integral Braised beans with vegetables Baked hake with green salad with olives Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta VE:2.992/716 GT:16 GS:1 HC:106 AZ:28 PROT:44 SAL:1	6 Crema de calabacín (eco.) Macarrones integrales con boloñesa de soja Fruta y pan Courgette cream (eco.) Whole grain macarroni with say bolognese Fruit and bread (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos VE:3.298/789 GT:13 GS:2 HC:137 AZ:30 PROT:30 SAL:1	7 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Dairy 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	8 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos
9 Espirales con tomate Abadejo al horno con salteado de verduras Fruta y pan Spirals with tomato sauce Baked haddock with sautéed vegetables Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta VE:2.997/717 GT:10 GS:1 HC:119 AZ:26 PROT:40 SAL:1	10 Crema de zanahoria Albóndigas a la jardinera con patatas dado Fruta y pan integral Carrot cream Meatballs with vegetables with diced potatoes Fruit and wholemeal bread (*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos VE:3.674/879 GT:44 GS:11 HC:94 AZ:32 PROT:29 SAL:1	11 Sopa de cocido con pasta integral Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup with wheat pasta Full course "cocido" stew Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta VE:3.562/852 GT:22 GS:7 HC:127 AZ:30 PROT:40 SAL:2	12 Arroz con salsa de tomate Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y zanahoria Postre especial y pan integral Rice with tomato sauce Ham croquettes with lettuce & carrot Special desserts and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta VE:4.233/1.013 GT:48 GS:8 HC:132 AZ:29 PROT:24 SAL:2	13 Lentejas a la jardinera Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Vegetables lentils Spanish omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos VE:3.172/759 GT:18 GS:3 HC:123 AZ:25 PROT:25 SAL:1	14 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Dairy 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta	15 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos
16 Macarrones (integrales) con salsa de tomate y albahaca Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Macaroni (whole grain) with tomato and basil sauce Basque style haddock with green salad with olives Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos VE:3.486/834 GT:31 GS:3 HC:110 AZ:31 PROT:37 SAL:2	17 Alubias estofadas con verduras Pollo asado al romero con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan integral Braised beans with vegetables Rosemary grilled chicken with lettuce and beets Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos VE:2.745/657 GT:15 GS:3 HC:102 AZ:30 PROT:38 SAL:1	18 Crema de verduras Lacón al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Vegetables cream Baked lacón pork with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos VE:2.872/687 GT:26 GS:5 HC:87 AZ:29 PROT:29 SAL:3	19 DÍA DEL PADRE Arroz con pollo Revuelto de chorizo con salteado de verduras Postre especial y pan integral Rice with chicken Scrambled eggs with chorizo sausage with sautéed vegetables Special desserts and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta VE:3.237/774 GT:24 GS:6 HC:107 AZ:24 PROT:38 SAL:2	20 Crema de zanahoria (eco.) Garbanzos salteados con arroz Fruta y pan Carrot cream Sautéed chickpeas with rice Fruit and bread (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos VE:3.269/782 GT:9 GS:1 HC:151 AZ:36 PROT:23 SAL:1	21 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	22 1º Arroz 2º Huevos con Legumbres y Fruta 1º Rice 2º Egg with Legumes and Fruit 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Fruta
23 Coditos con salsa boloñesa de atún (atún, tomate y cebolla) Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta (eco.) y pan Elbow macaroni with tuna bolognese sauce (tuna, tomato and onion) Scrambled eggs with ham with lettuce and carrot salad Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos VE:3.190/763 GT:22 GS:4 HC:107 AZ:23 PROT:33 SAL:2	24 Sopa de cocido con pasta integral Cocido completo Yogur y pan integral "Cocido" soup with wheat pasta Full course "cocido" stew Yoghurt and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta VE:3.395/812 GT:27 GS:10 HC:103 AZ:15 PROT:44 SAL:2	25 Puré de calabaza Hamburguesa al horno con arroz salteado al ajillo Fruta y pan Butternut squash purée Baked hamburger with sautéed rice in garlic Fruit and bread (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta VE:2.429/581 GT:15 GS:4 HC:96 AZ:26 PROT:27 SAL:3	26 Patatas a la riojana con chorizo (tomate, pimiento, cebolla) Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan integral Riojan style potatoes with chorizo (tomato, pepper, onion) Baked sole fillet with green salad with olives Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos VE:3.110/744 GT:22 GS:5 HC:105 AZ:27 PROT:35 SAL:2	27 NO LECTIVO 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Fruit	28 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Fruit 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	29 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos
30 FESTIVO 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos (*) 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Dairy	31 FESTIVO 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit				Tienen a su disposición la información de los alérgenos en elgustodecrecer@aramark.es	

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses