

MES: Junio 2026 STELLA MARIS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<div>1</div> <div>Salteado de judías verdes Pollo asado al romero con ensalada fresca con aceitunas Fruta (eco.) y pan Sauteed green beans Rosemary grilled chicken with fresh salad with olives Fruit and bread</div> <div>VE:2.478/593 GT:24 GS:4 HC:71 AZ:21 PROT:22 SAL:1</div>	<div>2</div> <div>Macarrones (integrales) con salsa de tomate Huevos revueltos con ensalada fresca con maíz dulce Yogur desnatado y pan integral Macaroni (whole grain) with tomato sauce Scrambled eggs with fresh salad with sweetcorn Low-fat yoghurt and wholemeal bread</div> <div>VE:2.347/562 GT:11 GS:1 HC:79 AZ:10 PROT:33 SAL:2</div>	<div>3</div> <div>Crema casera de calabaza dulce (eco.) Burrito vegetal con arroz salteado Fruta y pan Homemade sweet pumpkin cream (eco.) Burrito vegetal with sautéed rice Fruit and bread</div> <div>VE:3.389/811 GT:18 GS:3 HC:131 AZ:35 PROT:30 SAL:2</div>	<div>4</div> <div>Lentejas con verduras de temporada Albóndigas a la jardinera con patatas asadas Fruta y pan integral Stewed lentils Meatballs with vegetables with roasted potatoes Fruit and wholemeal bread</div> <div>VE:3.416/817 GT:24 GS:8 HC:118 AZ:26 PROT:39 SAL:1</div>	<div>5</div> <div>Arroz a la napolitana Merluza a la donostiarra con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Napolitan rice Grilled and baked hake with garlic & hot pepper gravy with lettuce & carrot Fruit and bread</div> <div>VE:3.566/853 GT:33 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:29 SAL:1</div>
<div>8</div> <div>Espaguetis al ajillo Huevos revueltos con ensalada fresca de lechuga con remolacha Fruta y pan Spaghetti with garlic Scrambled eggs with fresh lettuce salad with beets Fruit and bread</div> <div>VE:2.592/620 GT:9 GS:1 HC:106 AZ:27 PROT:29 SAL:2</div>	<div>9</div> <div>Crema de zanahoria (eco.) Estofado de cerdo con ensalada fresca con maíz dulce Yogur desnatado y pan integral Carrot cream Pork stew with fresh salad with sweetcorn Low-fat yoghurt and wholemeal bread</div> <div>VE:2.021/484 GT:12 GS:2 HC:53 AZ:15 PROT:37 SAL:1</div>	<div>10</div> <div>Sopa casera de cocido con pasta integral Cocido completo (sin chorizo) Fruta (eco.) y pan "Cocido" soup with wheat pasta Full course "cocido" stew (without chorizo sausage) Fruit and bread</div> <div>VE:3.324/795 GT:21 GS:7 HC:111 AZ:22 PROT:42 SAL:1</div>	<div>11</div> <div>Paella de pollo tradicional Filete de merluza con ensalada fresca con aceitunas negras Fruta y pan integral Traditional chicken paella Hake steak with fresh salad with black olives Fruit and wholemeal bread</div> <div>VE:3.222/771 GT:15 GS:2 HC:110 AZ:23 PROT:46 SAL:1</div>	<div>12</div> <div>Alubias estofadas con verduras Estofado de soja con patatas asadas Fruta y pan Braised beans with vegetables Soy stew with roasted potatoes Fruit and bread</div> <div>VE:2.939/703 GT:10 GS:0 HC:126 AZ:30 PROT:34 SAL:1</div>
<div>15</div> <div>Lentejas con verduras de temporada Huevos revueltos con atún con ensalada fresca con aceitunas Fruta y pan Stewed lentils Scrambled eggs with tuna with fresh salad with olives Fruit and bread</div> <div>VE:3.467/829 GT:24 GS:3 HC:113 AZ:27 PROT:44 SAL:2</div>	<div>16</div> <div>Arroz con salsa de tomate Pollo asado con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan integral Rice with tomato sauce Grilled chicken with fresh salad with sweetcorn Fruit and wholemeal bread</div> <div>VE:2.966/710 GT:12 GS:2 HC:109 AZ:23 PROT:42 SAL:1</div>	<div>17</div> <div>Crema casera de la huerta con picatostes Magro en salsa con patatas asadas Fruta y pan Homemade garden cream with croutons Lean pork in sauce with roasted potatoes Fruit and bread</div> <div>VE:3.032/725 GT:29 GS:5 HC:90 AZ:29 PROT:28 SAL:1</div>	<div>18</div> <div>Macarrones (integrales) con salsa pomodoro Lacón al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan integral Macaroni (whole grain) with pomodoro sauce Baked lacón pork with lettuce & carrot Fruit and wholemeal bread</div> <div>VE:3.280/785 GT:24 GS:5 HC:110 AZ:25 PROT:34 SAL:3</div>	<div>19</div> <div>COMIDA ESPECIAL Patatas estofadas Salchichas al horno con ketchup Postre especial Stewed potatoes Grilled hotdogs with ketchup Special desserts</div> <div>VE:2.360/565 GT:28 GS:9 HC:56 AZ:24 PROT:24 SAL:3</div>
<div>22</div>	<div>23</div>	<div>24</div>	<div>25</div>	<div>26</div>
<div>29</div>	<div>30</div>			<div>Estos menús cumplen con el RD 315/2025 en cuanto a la información de los alergenos disponiendo de ella en el comedor del centro o a través del responsable. LAS FRUTAS SERVIDAS SERÁN MANZANA,PERA,PLÁTANO Y NARANJA.</div>