

MES: Junio 2026

STELLA MARIS

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1
Crema casera de la huerta
Pollo asado al romero con ensalada fresca con aceitunas
Fruta (eco.) y pan
Homemade garden cream
Rosemary grilled chicken with fresh salad with olives
Fruit and bread

VE:2.504/599 GT:24 GS:4 HC:72 AZ:23 PROT:22 SAL:1

2
Macarrones (integrales) con salsa boloñesa
Huevos revueltos con queso fundido con ensalada fresca con maíz dulce
Yogur y pan integral
Macaroni (whole grain) with bolognese sauce
Scrambled eggs with melted cheese with fresh salad with sweetcorn
Yoghurt and wholemeal bread

VE:2.544/609 GT:16 GS:4 HC:79 AZ:11 PROT:33 SAL:2

3
Crema casera de calabaza dulce (eco.)
Estofado de ternera con arroz salteado
Fruta y pan
Homemade sweet pumpkin cream (eco.)
Beef stew with sautéed rice
Fruit and bread

VE:3.075/736 GT:22 GS:5 HC:103 AZ:30 PROT:32 SAL:1

4
Patatas estofadas
Lomo a la plancha con ensalada
Fruta y pan integral
Stewed potatoes
Grilled tenderloin with salad
Fruit and wholemeal bread

VE:2.394/573 GT:15 GS:4 HC:82 AZ:24 PROT:32 SAL:1

5
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

VE:3.566/853 GT:33 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:29 SAL:1

8
Espaguetis al ajillo
Huevos revueltos con chorizo con ensalada fresca de lechuga con remolacha
Fruta y pan
Spaghetti with garlic
Scrambled eggs with chorizo sausage with fresh lettuce salad with beets
Fruit and bread

VE:2.838/679 GT:16 GS:3 HC:105 AZ:27 PROT:29 SAL:2

9
Crema de zanahoria (eco.)
Estofado de cerdo con ensalada fresca con maíz dulce
Yogur y pan integral
Carrot cream
Pork stew with fresh salad with sweetcorn
Yoghurt and wholemeal bread

VE:2.130/510 GT:15 GS:5 HC:53 AZ:15 PROT:35 SAL:1

10
Sopa de pasta
Cocido completo (sin garbanzos)
Fruta (eco.) y pan
Pasta soup
Full course "cocido" stew (without chickpeas)
Fruit and bread

VE:2.111/505 GT:10 GS:3 HC:78 AZ:21 PROT:28 SAL:1

11
Arroz con salsa de tomate
Filete de merluza al horno con refrito de ajo y balsámico con ensalada fresca con aceitunas negras
Fruta y pan integral
Rice with tomato sauce
Oven baked hake fillet with fried garlic and parsley with fresh salad with black olives
Fruit and wholemeal bread

VE:3.342/800 GT:23 GS:2 HC:117 AZ:23 PROT:33 SAL:3

12
Puré de calabacín
Estofado de pollo con patatas dado
Fruta y pan
Courgette purée
Chicken stew with diced potatoes
Fruit and bread

VE:3.449/825 GT:30 GS:4 HC:102 AZ:28 PROT:39 SAL:1

15
Patatas estofadas
Huevos revueltos con atún con ensalada fresca con aceitunas
Fruta y pan
Stewed potatoes
Scrambled eggs with tuna with fresh salad with olives
Fruit and bread

VE:2.980/713 GT:22 GS:3 HC:93 AZ:27 PROT:37 SAL:2

16
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

VE:2.966/710 GT:12 GS:2 HC:109 AZ:23 PROT:42 SAL:1

17
Crema casera de la huerta con picatostes
Magro en salsa con patatas dado
Fruta y pan
Homemade garden cream with croutons
Lean pork in sauce with diced potatoes
Fruit and bread

VE:3.699/885 GT:46 GS:7 HC:90 AZ:29 PROT:28 SAL:1

18
Macarrones (integrales) con salsa pomodoro
Fritura variada con ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta y pan integral
Macaroni (whole grain) with pomodoro sauce
Assorted fried fish platter with lettuce & carrot
Fruit and wholemeal bread

VE:3.886/930 GT:39 GS:5 HC:122 AZ:26 PROT:24 SAL:2

19
COMIDA ESPECIAL
Nachos con queso cheddar
Perrito completo con ketchup
Helado
Nachos with cheddar cheese
Hot dog with the works with ketchup
Ice cream

VE:2.855/683 GT:32 GS:13 HC:77 AZ:28 PROT:21 SAL:3

22

23

24

25

26

29

30

Estos menús cumplen con el RD 315/2025 en cuanto a la información de los alérgenos disponiendo de ella en el comedor del centro o a través del responsable. LAS FRUTAS SERVIDAS SERÁN MANZANA, PERA, PLÁTANO Y NARANJA.