

MES: Mayo 2026

STELLA MARIS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>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.</p>				1
4 Salteado de arroz con curry de verduras Lacón al horno con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan Stir-fried rice with vegetable curry Baked lacón pork with fresh salad with sweetcorn Fruit and bread VE:2.760/660 GT:19 GS:5 HC:94 AZ:26 PROT:28 SAL:3	5 Alubias estofadas con verduras Salmón al horno con ensalada fresca con aceitunas Yogur desnatado y pan integral Braised beans with vegetables Baked salmon with fresh salad with olives Low-fat yoghurt and wholemeal bread VE:2.873/687 GT:19 GS:2 HC:76 AZ:12 PROT:52 SAL:1	6 Espaguetis con salsa de tomate Huevos revueltos con pavo con ensalada fresca de lechuga con remolacha Fruta y pan Spaghetti with tomato sauce Scrambled eggs with turkey with fresh lettuce salad with beets Fruit and bread VE:2.793/668 GT:10 GS:1 HC:114 AZ:27 PROT:30 SAL:3	7 Sopa casera de cocido con pasta integral Cocido completo (sin chorizo) Fruta y pan integral "Cocido" soup with wheat pasta Full course "cocido" stew (without chorizo sausage) Fruit and wholemeal bread VE:3.301/790 GT:21 GS:7 HC:112 AZ:27 PROT:41 SAL:1	8 Crema de calabacín (eco.) Albóndigas veganas a la jardinera Fruta y pan Courgette cream (eco.) Vegan meatballs with vegetables Fruit and bread VE:3.235/774 GT:27 GS:9 HC:102 AZ:36 PROT:37 SAL:1
11 Lentejas con verduras de temporada Pollo al horno con patatas asadas Fruta (eco.) y pan Stewed lentils Pollo al horno with roasted potatoes Fruit and bread VE:2.867/686 GT:13 GS:2 HC:112 AZ:21 PROT:34 SAL:3	12 Macarrones (integrales) al ajillo Filete de merluza con mojo rojo con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur desnatado y pan integral Garlic macaroni (whole wheat) Hake with red mojo with lettuce and carrot salad Low-fat yoghurt and wholemeal bread VE:2.920/699 GT:26 GS:3 HC:72 AZ:14 PROT:38 SAL:3	13 Crema de verduras (eco.) Burrito vegetal con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan Vegetables cream (eco.) Burrito vegetal with fresh salad with sweetcorn Fruit and bread VE:3.083/738 GT:21 GS:3 HC:109 AZ:34 PROT:28 SAL:1	14 SAN ISIDRO Sopa casera Huevos revueltos con patatas con pisto Fruta y pan integral Homemade soup Screambled eggs with potatoes with ratatouille Fruit and wholemeal bread VE:2.402/575 GT:15 GS:0 HC:94 AZ:26 PROT:19 SAL:1	15 FESTIVO
18 DIA SIN GLUTEN Patatas estofadas Merluza a la bilbaína con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan (sin gluten) Stewed potatoes Bilbain's style hake with fresh salad with sweetcorn Fruit and bread (gluten free) VE:2.508/600 GT:17 GS:3 HC:87 AZ:25 PROT:30 SAL:1	19 Arroz integral con salsa de tomate Garbanzos estofados con verduras Fruta (eco.) y pan integral Brown rice with tomato sauce Stewed chickpeas with vegetables Fruit and wholemeal bread VE:3.500/837 GT:10 GS:0 HC:153 AZ:27 PROT:36 SAL:2	20 Crema de calabacín y zanahoria Albóndigas de ternera en salsa con ensalada fresca con aceitunas negras Fruta y pan Zucchini & carrot cream Beef meatballs with gravy with fresh salad with black olives Fruit and bread VE:3.072/735 GT:31 GS:9 HC:86 AZ:28 PROT:29 SAL:1	21 JJGG AMERICANA Macarrones con salsa de tomate Pollo asado con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Postre especial y pan integral Macaroni with tomato sauce Grilled chicken with lettuce and carrot salad Special desserts and wholemeal bread VE:3.434/822 GT:24 GS:5 HC:99 AZ:31 PROT:54 SAL:2	22 Salteado de judías verdes Tortilla de patata y calabacín con ensalada fresca de lechuga con remolacha Fruta y pan Sauteed green beans Spanish omelette with courgette with fresh lettuce salad with beets Fruit and bread VE:2.587/619 GT:22 GS:3 HC:89 AZ:29 PROT:16 SAL:1
25 Crema casera de la huerta con picatostes Estofado de cerdo con ensalada fresca con aceitunas Fruta y pan Homemade garden cream with croutons Pork stew with fresh salad with olives Fruit and bread VE:2.863/685 GT:25 GS:3 HC:82 AZ:29 PROT:33 SAL:1	26 Lentejas con verduras de temporada Tortilla de patatas con guisantes salteados Fruta y pan integral Stewed lentils Spanish omelette with sautéed peas Fruit and wholemeal bread VE:3.281/785 GT:18 GS:3 HC:125 AZ:29 PROT:36 SAL:1	27 Macarrones (integrales) con salsa pomodoro Pollo al limón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Macaroni (whole grain) with pomodoro sauce Chicken with lemon with lettuce & carrot Fruit and bread VE:4.197/1.004 GT:38 GS:5 HC:128 AZ:26 PROT:40 SAL:2	28 Empedrado de alubias Estofado de soja con patatas asadas Fruta y pan integral White bean salad Soy stew with roasted potatoes Fruit and wholemeal bread VE:2.846/681 GT:18 GS:2 HC:105 AZ:28 PROT:28 SAL:1	29 DIA DE LA VIRGEN Arroz salteado Abadejo al horno con ensalada fresca con maíz dulce Postre especial y pan Sautéed rice Baked haddock with fresh salad with sweetcorn Special desserts and bread VE:2.832/677 GT:11 GS:3 HC:105 AZ:22 PROT:37 SAL:2