

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 alergenos 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 <p>Arroz con salsa de tomate Lacón al horno con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked lacón pork with fresh salad with sweetcorn Fruit and bread</p> <p>VE:3.369/806 GT:20 GS:4 HC:126 AZ:25 PROT:32 SAL:3</p>	5 <p>Alubias estofadas a la riojana Estofado de pollo con ensalada fresca con aceitunas Yogur y pan integral Rioja style cooked beans Chicken stew with fresh salad with olives Yoghurt and wholemeal bread</p> <p>VE:3.419/818 GT:26 GS:9 HC:89 AZ:12 PROT:57 SAL:2</p>	6 <p>Espaguetis a la boloñesa Huevos revueltos con pavo con ensalada fresca de lechuga con remolacha Fruta y pan Bolognese spaghetti Scrambled eggs with turkey with fresh lettuce salad with beets Fruit and bread</p> <p>VE:2.404/575 GT:11 GS:1 HC:113 AZ:27 PROT:32 SAL:2</p>	7 <p>Sopa casera de cocido con pasta integral Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup with wheat pasta Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread</p> <p>VE:3.431/821 GT:22 GS:7 HC:120 AZ:28 PROT:39 SAL:2</p>	8 <p>Crema de calabacín (eco.) Albóndigas veganas a la jardinera Fruta y pan Courgette cream (eco.) Vegan meatballs with vegetables Fruit and bread</p> <p>VE:3.235/774 GT:27 GS:9 HC:102 AZ:36 PROT:37 SAL:1</p>
11 <p>Lentejas con verduras de temporada Pollo tikka Masala con patatas fritas Fruta (eco.) y pan Stewed lentils Tikka Masada chicken with french fries Fruit and bread</p> <p>VE:4.035/965 GT:34 GS:7 HC:125 AZ:21 PROT:43 SAL:1</p>	12 <p>Macarrones (integrales) con salsa pesto Ragout de ternera con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur y pan integral Macaroni (whole grain) with pesto Beef ragout sauce with lettuce and carrot salad Yoghurt and wholemeal bread</p> <p>VE:3.259/780 GT:28 GS:8 HC:85 AZ:12 PROT:42 SAL:3</p>	13 <p>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</p> <p>VE:3.083/738 GT:21 GS:3 HC:109 AZ:34 PROT:28 SAL:1</p>	14 <p>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</p> <p>VE:2.402/575 GT:15 GS:0 HC:94 AZ:26 PROT:19 SAL:1</p>	15 <p>FESTIVO</p>
18 <p>DIA SIN GLUTEN Patatas estofadas Estofado de pavo con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan (sin gluten) Stewed potatoes Turkey stew with fresh salad with sweetcorn Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.688/643 GT:19 GS:5 HC:94 AZ:27 PROT:30 SAL:2</p>	19 <p>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</p> <p>VE:3.500/837 GT:10 GS:0 HC:153 AZ:27 PROT:36 SAL:2</p>	20 <p>Crema de calabacín con queso Albóndigas de ternera en salsa con ensalada fresca con aceitunas negras Fruta y pan Courgette soup with cheese Beef meatballs with gravy with fresh salad with black olives Fruit and bread</p> <p>VE:3.068/734 GT:31 GS:10 HC:86 AZ:28 PROT:30 SAL:1</p>	21 <p>JJGG AMERICANA American mac´n cheese Pollo asado con salsa barbacoa con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Postre especial y pan integral American mac´n cheese Roasted chicken with barbecue sauce with lettuce and carrot salad Special desserts and wholemeal bread</p> <p>VE:3.642/871 GT:28 GS:10 HC:101 AZ:27 PROT:51 SAL:1</p>	22 <p>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</p> <p>VE:2.587/619 GT:22 GS:3 HC:89 AZ:29 PROT:16 SAL:1</p>
25 <p>Vichyssoise con picatostes Estofado de cerdo con ensalada fresca con aceitunas Fruta y pan Vichyssoise with croutons Pork stew with fresh salad with olives Fruit and bread</p> <p>VE:3.051/730 GT:24 GS:5 HC:93 AZ:33 PROT:37 SAL:2</p>	26 <p>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</p> <p>VE:3.281/785 GT:18 GS:3 HC:125 AZ:29 PROT:36 SAL:1</p>	27 <p>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</p> <p>VE:4.197/1.004 GT:38 GS:5 HC:128 AZ:26 PROT:40 SAL:2</p>	28 <p>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</p> <p>VE:2.846/681 GT:18 GS:2 HC:105 AZ:28 PROT:28 SAL:1</p>	29 <p>DIA DE LA VIRGEN Arroz salteado Salchichas al horno con ensalada fresca con maíz dulce Postre especial y pan Sautéed rice Grilled hotdogs with fresh salad with sweetcorn Special desserts and bread</p> <p>VE:3.434/821 GT:31 GS:9 HC:104 AZ:23 PROT:28 SAL:3</p>