

MES: Febrero 2025

STELLA MARIS ARAVACA

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

SIN HUEVO, FS, LEGUMBRES.
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es

VE: 0/0
GT: 0
GS: 0
HC: 0
AZ: 0
PROT: 0
SAL: 0

3

Verduras salteadas
Lomo a la plancha con patatas al vapor
Yogur y pan
Stir fry vegetables
Grilled tenderloin with steamed potatoes
Yoghurt and bread

4

Pasta (sin huevo) al ajillo
Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta y pan
Pasta (without egg) with garlic
Grilled hake with lettuce & carrot
Fruit and bread

5

Sopa de pasta (sin huevo)
Filete de ternera con ensalada
Fruta y pan
Pasta soup (without egg)
Beef steak with salad
Fruit and bread

6

Arroz con salsa de tomate
Jamoncitos de pollo al limón con patatas fritas
Fruta y pan
Rice with tomato sauce
Lemon chicken drumsticks with french fries
Fruit and bread

7

Crema de zanahoria
Magro a la plancha con ensalada de lechuga y pepino
Fruta y pan
Carrot cream
Grilled lean with lettuce & cucumber
Fruit and bread

VE: 2818/674
GT: 21
GS: 4
HC: 88
AZ: 27
PROT: 35
SAL: 1

10

Pasta (sin huevo ni queso) boloñesa
Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan
Pasta with bolognese sauce (egg & cheese free)
Grilled hake with lettuce & tomatoes
Yoghurt and bread

11

Crema de puerros
Pechuga de pollo a la plancha con patatas fritas
Fruta y pan
Cream of leek
Chicken breast with french fries
Fruit and bread

12

Patatas estofadas
Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta y pan
Stewed potatoes
Andalusian style haddock with lettuce & carrot
Fruit and bread

13

Arroz con salsa de tomate
Lomo con salsa de queso con champiñones salteados
Fruta y pan
Rice with tomato sauce
Tenderloin with cheese with sautéed mushrooms
Fruit and bread

14

Verduras salteadas
Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta y pan
Stir fry vegetables
Grilled turkey with green salad with olives
Fruit and bread

VE: 2613/625
GT: 18
GS: 3
HC: 88
AZ: 26
PROT: 31
SAL: 2

17

Crema de calabaza
Albóndigas caseras con patatas panaderas
Yogur y pan
Pumpkin soup
Homemade meatballs with roasted potatoes
Yoghurt and bread

18

Pasta (sin huevo) gratinada
Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga y quinoa
Fruta y pan
Pasta (without egg) au gratin
Baked hake with lettuce salad with quinoa
Fruit and bread

19

Verduras salteadas
Fajitas de ternera al curry con arroz
Fruta y pan
Stir fry vegetables
Curried beef fajitas with rice
Fruit and bread

20

Sopa de pasta (sin huevo)
Jamoncitos de pollo al horno con salteado de verduras
Fruta y pan
Pasta soup (without egg)
Baked chicken drumsticks with sautéed vegetables
Fruit and bread

21

Patatas estofadas
Magro a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta y pan
Stewed potatoes
Grilled lean with green salad with olives
Fruit and bread

VE: 2779/665
GT: 20
GS: 5
HC: 90
AZ: 27
PROT: 33
SAL: 2

24

Arroz con magro
Abadejo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan
Rice with pork loin
Grilled haddock with lettuce & tomatoes
Yoghurt and bread

25

Patatas estofadas
Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan
Stewed potatoes
Grilled tenderloin with lettuce and sweetcorn salad
Fruit and bread

26

Crema de calabacín
Pollo asado con patatas fritas
Fruta y pan
Zucchini cream
Grilled chicken with french fries
Fruit and bread

27

Sopa de pasta (sin huevo)
Filete de ternera con ensalada
Fruta y pan
Pasta soup (without egg)
Beef steak with salad
Fruit and bread

28

NO LECTIVO

VE: 2784/666
GT: 19
GS: 4
HC: 87
AZ: 23
PROT: 39
SAL: 1