

MES: Febrero 2025 STELLA MARIS ARAVACA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
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 Salteado de judías verdes Lacón a la gallega Yogur y pan Sauteed green beans Lacón pork shoulder with potatoes Yoghurt and bread	4 Espaguetis al ajillo Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Spaghetti with garlic Grilled turkey with lettuce & carrot Fruit and bread	5 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	6 Paella Jamoncitos de pollo al limón con patatas fritas Fruta y pan Paella Lemon chicken drumsticks with french fries Fruit and bread	7 Crema de zanahoria Tortilla francesa con ensalada de lechuga y pepino Fruta y pan Carrot cream French omelette with lettuce & cucumber Fruit and bread	VE: 3120/746 GT: 24 GS: 5 HC: 99 AZ: 26 PROT: 34 SAL: 1
10 Coditos con salsa boloñesa Magro a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan Elbow macaroni with bolognese sauce Grilled lean with lettuce & tomatoes Yoghurt and bread	11 Crema de puerros Escalope de pollo con patatas fritas Fruta y pan Cream of leek Breaded chicken escalope with french fries Fruit and bread	12 Lentejas a la riojana Filete de ternera con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Rioja style lentils Beef steak 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 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with green salad with olives Fruit and bread	VE: 3304/790 GT: 25 GS: 5 HC: 105 AZ: 24 PROT: 38 SAL: 1
17 Crema de calabaza Albóndigas a la hortelana con patatas panaderas Yogur y pan Pumpkin soup Meatballs hortelana with roasted potatoes Yoghurt and bread	18 Macarrones (integrales) gratinados Pavo a la plancha con ensalada de lechuga, quinoa y queso Fruta y pan Macaroni (wholemeal) au gratin Grilled turkey with lettuce, quinoa and cheese salad Fruit and bread	19 Salteado de guisantes con jamón Fajitas de ternera al curry con arroz Fruta y pan Sautéed peas with ham Curried beef fajitas with rice Fruit and bread	20 Sopa de picadillo Jamoncitos de pollo al horno con salteado de verduras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Baked chicken drumsticks with sautéed vegetables Fruit and bread	21 Garbanzos estofados Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Stewed chickpeas Zucchini omelette with green salad with olives Fruit and bread	VE: 2918/698 GT: 17 GS: 4 HC: 101 AZ: 25 PROT: 34 SAL: 2
24 Arroz con magro Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan Rice with pork loin Grilled turkey with lettuce & tomatoes Yoghurt and bread	25 Lentejas a la riojana Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Rioja style lentils French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	26 Crema de calabacín Pollo asado con salsa barbacoa con patatas fritas Fruta y pan Zucchini cream Roasted chicken with barbecue sauce with french fries Fruit and bread	27 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	28 NO LECTIVO	VE: 3074/736 GT: 23 GS: 5 HC: 96 AZ: 25 PROT: 36 SAL: 1