

MES: Marzo 2025

STELLA MARIS ARAVACA

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Valoración |
|---|---|---|--|--|--|
| 3 NO LECTIVO | 4 Lentejas estofadas con verduras Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Stewed lentils Ham croquettes with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread | 5 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza con crujiente de pan con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Rice with tomato sauce Hake fillet with crusty bread with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread | 6 Sopa de estrellas Pollo asado con patatas asadas Fruta y pan Star pasta soup Grilled chicken with roasted potatoes Fruit and bread | 7 Alubias guisadas Tortilla francesa de queso con champiñones salteados Fruta y pan Stewed beans Cheese omelette with sautéed mushrooms Fruit and bread | VE: 2962/709 GT: 17 GS: 3 HC: 105 AZ: 25 PROT: 35 SAL: 1 |
| 10 Crema de calabacín Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Yogur y pan Zucchini cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Yoghurt and bread | 11 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread | 12 Risotto de setas y calabaza Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Mushroom and pumpkin risotto Ham omelette with lettuce & olives Fruit and bread | 13 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Lemon chicken drumsticks with lettuce, carrot & olives Fruit and bread | 14 Coditos con salsa pesto Salmón al horno con pisto Fruta y pan Elbow macaroni with pesto Baked salmon with ratatouille Fruit and bread | VE: 3183/761 GT: 25 GS: 6 HC: 98 AZ: 27 PROT: 36 SAL: 1 |
| 17 Arroz con salsa de tomate Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Rice with tomato sauce Andalusian style haddock with lettuce & carrot Fruit and bread | 18 Alubias estofadas con chorizo Filete de pollo al romero con patatas fritas Fruta y pan Braised beans with sausage Rosemary chicken fillet with french fries Fruit and bread | 19 SAN JOSÉ Sopa de ave con huevo y jamón Canelones de carne gratinados (bechamel y queso) Natillas y pan Chicken soup with egg and ham Meat Cannelloni au gratin (bechamel and cheese) Custard and bread | 20 Crema de verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Vegetables cream Spanish omelette with lettuce & carrot Fruit and bread | 21 Lentejas a la jardinera Rabas de calamar con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Vegetables lentils Squid strips with lettuce & tomatoes Fruit and bread | VE: 3389/811 GT: 27 GS: 4 HC: 112 AZ: 27 PROT: 33 SAL: 1 |
| 24 Crema de calabaza Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta y pan Pumpkin soup Baked hamburger with french fries Fruit and bread | 25 Patatas estofadas con magro Filete de merluza con ensalada de lechuga y cebolla Yogur y pan Pork & potato stew Hake steak with lettuce salad with onion Yoghurt and bread | 26 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread | 27 Guisantes salteados Lomo asado al ajillo con arroz pilaf Fruta y pan Sautéed peas Roasted loin with garlic with pilaf rice Fruit and bread | 28 Tallarines con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Tagliatelle with tomato sauce Tuna omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread | VE: 2989/715 GT: 22 GS: 5 HC: 100 AZ: 25 PROT: 35 SAL: 2 |
| 31 Arroz al curry Lacón al horno con ensalada Yogur y pan Curry rice Baked lacón pork with salad Yoghurt and bread | | | | Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es | VE: 2951/706 GT: 19 GS: 7 HC: 99 AZ: 11 PROT: 32 SAL: 2 |