

Sin Lactosa

MES: Abril 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

1
Alubias estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan
Braised beans with vegetables
Spanish omelette with lettuce and sweetcorn salad
Fruit and bread

2
Macarrones con salsa de tomate
Ventresca de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan
Macaroni with tomato sauce
Grilled hake with lettuce & tomatoes
Fruit and bread

3
Sopa de ave
Jamoncitos de pollo estofados con verduras y cúrcuma con arroz salteado
Fruta y pan
Chicken soup
Chicken drumsticks stewed with vegetables and turmeric with sautéed rice
Fruit and bread

4
Salteado de judías verdes
Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta y pan
Sauteed green beans
Andalusian style sole with lettuce & carrot
Fruit and bread

VE: 2874/688
GT: 15
GS: 2
HC: 103
AZ: 30
PROT: 38
SAL: 1

7
Lentejas estofadas con arroz
Filete de abadejo empanado con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna)
Yogur de soja y pan
Lentil soup with rice
Breaded haddock with green salad (lettuce, green peppers & olives)
Soy yoghurt and bread

8
Crema de calabacín
Pechuga de pollo al limón con patatas fritas
Fruta y pan
Zucchini cream
Chicken breast with lemon with french fries
Fruit and bread

9
Sopa de cocido
Cocido completo (sin chorizo)
Fruta y pan
"Cocido" soup
Full course "cocido" stew (without chorizo sausage)
Fruit and bread

10
Coditos a la napolitana
Tortilla francesa al horno con ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta y pan
Elbow macaroni with tomato sauce
Baked French omelet with lettuce & carrot
Fruit and bread

11
NO LECTIVO
VE: 3240/775
GT: 27
GS: 4
HC: 98
AZ: 22
PROT: 38
SAL: 1

14
SEMANA SANTA

15
SEMANA SANTA

16
SEMANA SANTA

17
SEMANA SANTA

18
SEMANA SANTA

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

21
FESTIVO

22
Arroz con salsa de tomate
Pavo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla
Fruta y pan
Rice with tomato sauce
Grilled turkey with lettuce, carrot and onion
Fruit and bread

23
Crema de zanahoria
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, cebolla y aceitunas
Fruta y pan
Carrot cream
Spanish omelette with lettuce, onion and olives salad
Fruit and bread

24
ANIVERSARIO 1ªPIEDRA
Tallarines con salsa de tomate
Fajitas de ternera al curry con arroz
Postre especial y pan
Tagliatelle with tomato sauce
Curried beef fajitas with rice
Special desserts and bread

25
Lentejas a la jardinera
Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan
Vegetables lentils
Andalusian style haddock with lettuce & tomatoes
Fruit and bread

VE: 2978/712
GT: 16
GS: 3
HC: 114
AZ: 27
PROT: 30
SAL: 2

28
Patatas a la riojana
Albóndigas a la jardinera
Yogur de soja y pan
Riojana style potatoes
Meatballs with vegetables
Soy yoghurt and bread

29
Sopa de cocido
Cocido completo (sin chorizo)
Fruta y pan
"Cocido" soup
Full course "cocido" stew (without chorizo sausage)
Fruit and bread

30
Espaguetis con salsa de tomate
Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan
Spaghetti with tomato sauce
Ham omelette with lettuce & tomatoes
Fruit and bread

VE: 2990/715
GT: 21
GS: 7
HC: 94
AZ: 21
PROT: 35
SAL: 2