

MES: Mayo 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 FESTIVO	2 FESTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 Crema de verduras Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Vegetables cream Grilled tenderloin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	6 Guisantes salteados Pollo asado al romero con patatas asadas Fruta y pan Sautéed peas Rosemary grilled chicken with roasted potatoes Fruit and bread	7 Tallarines con salsa de tomate Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Tagliatelle with tomato sauce Turkey omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread	8 Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur desnatado y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew (without chorizo sausage) with green salad with olives Low-fat yoghurt and bread	9 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza a la donostiarra con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled and baked hake with garlic & hot pepper gravy with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 2974/712 GT: 22 GS: 4 HC: 98 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 1
12 1ª COMUNIONES Hamburguesa a la plancha con patatas asadas Postre especial y pan Grilled hamburger with roasted potatoes Special desserts and bread	13 Coditos con salsa boloñesa de jamón york Salmón al horno con champiñones salteados Fruta y pan Elbow macaroni with ham bolognese sauce Baked salmon with sautéed mushrooms Fruit and bread	14 Crema de zanahoria Pollo con arroz con ensalada de lechuga y pimiento Fruta y pan Carrot cream Chicken with rice with lettuce and pepper salad Fruit and bread	15 FESTIVO	16 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Stewed lentils French omelette with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread	VE: 2629/629 GT: 18 GS: 3 HC: 94 AZ: 28 PROT: 28 SAL: 1
19 Patatas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed potatoes Ham omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	20 Crema de calabacín Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Zucchini cream Grilled yellowfin sole with green salad with olives Fruit and bread	21 Sopa de picadillo Lacón a la gallega con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Soup with ham & egg bits Lacón pork shoulder with potatoes with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	22 Salteado de guisantes con jamón Jamoncitos de pollo al chilindrón con patatas asadas Yogur desnatado y pan Sautéed peas with ham Chicken drumsticks in "chilindron" gravy with roasted potatoes Low-fat yoghurt and bread	23 Espaguetis al ajillo Filete de merluza al limón con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan Spaghetti with garlic Hake steak with lemon with lettuce and carrot salad Fruit and bread	VE: 2848/681 GT: 20 GS: 3 HC: 95 AZ: 25 PROT: 35 SAL: 2
26 Arroz tres delicias Abadejo a la plancha con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Yogur desnatado y pan Chinese fried rice Grilled haddock with green salad with pepper and olives Low-fat yoghurt and bread	27 Crema de zanahoria y calabaza Pechuga de pollo al limón con ensalada de arroz Fruta y pan Cream of carrot & butternut squash Chicken breast with lemon with rice salad Fruit and bread	28 Lentejas a la jardinera Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Vegetables lentils French omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	29 Judías verdes con tomate Albóndigas de ternera y cerdo con patatas al vapor Fruta y pan Green beans with tomatoe Beef & pork meatballs with steamed potatoes Fruit and bread	30 Macarrones con salsa de tomate Filete de lenguadina al horno con zanahorias salteadas Fruta y pan Macaroni with tomato sauce Baked sole fillet with sautéed carrots Fruit and bread	VE: 2828/676 GT: 15 GS: 3 HC: 104 AZ: 26 PROT: 35 SAL: 1