

No huevo/ No frutos secos

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](mailto:elgustodecrecer@aramark.es)

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

Pasta (sin huevo) con tomate  
Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate  
Fruta y pan  
Pasta (without egg) with tomato sauce  
Grilled turkey with lettuce & tomatoes  
Fruit and bread

8

Sopa de cocido (sin huevo)  
Cocido completo con ensalada de lechuga y aceitunas  
Yogur y pan  
"Cocido" soup (without egg)  
Full course "cocido" stew with green salad with olives  
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: 2994/716  
GT: 21  
GS: 4  
HC: 100  
AZ: 26  
PROT: 33  
SAL: 1

12

**1ª COMUNIONES**  
Hamburguesa a la plancha con patatas fritas  
Postre especial y pan  
Grilled hamburger with french fries  
Special desserts and bread

13

Pasta (sin huevo) con salsa boloñesa de jamón york  
Salmón al horno con champiñones salteados  
Fruta y pan  
Pasta (without egg) 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  
Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras  
Fruta y pan  
Stewed lentils  
Grilled tenderloin with lettuce salad with sweetcorn & black olives  
Fruit and bread

VE: 2898/693  
GT: 25  
GS: 4  
HC: 91  
AZ: 31  
PROT: 29  
SAL: 1

19

Patatas a la riojana  
Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz  
Fruta y pan  
Riojana style potatoes  
Grilled turkey with lettuce and sweetcorn salad  
Fruit and bread

20

Crema de calabacín  
Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta y pan  
Zucchini cream  
Andalusian style sole with green salad with olives  
Fruit and bread

21

Sopa de pasta (sin huevo)  
Lacón a la gallega con ensalada de lechuga y maíz  
Fruta y pan  
Pasta soup (without egg)  
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 y pan  
Sautéed peas with ham  
Chicken drumsticks in "chilindron" gravy with roasted potatoes  
Yoghurt and bread

23

Pasta (sin huevo) al ajillo  
Filete de merluza al limón con ensalada de lechuga y zanahoria rallada  
Fruta y pan  
Pasta (without egg) with garlic  
Hake steak with lemon with lettuce and carrot salad  
Fruit and bread

VE: 2845/681  
GT: 21  
GS: 4  
HC: 93  
AZ: 28  
PROT: 35  
SAL: 2

26

Arroz con salsa de tomate  
Abadejo a la plancha con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras  
Postre especial y pan  
Rice with tomato sauce  
Grilled haddock with green salad with pepper and olives  
Special desserts 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 riojana  
Pavo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta y pan  
Rioja style lentils  
Grilled turkey with lettuce, carrot & sweetcorn  
Fruit and bread

29

Judías verdes con tomate  
Albóndigas de ternera y cerdo con puré de patatas  
Fruta y pan  
Green beans with tomatoe  
Beef & pork meatballs with mashed potatoes  
Fruit and bread

30

Pasta (sin huevo) al pesto  
Delicias de bacalao con zanahorias salteadas  
Fruta y pan  
Pasta (without egg) with pesto  
Cod delights with sautéed carrots  
Fruit and bread

VE: 3061/732  
GT: 20  
GS: 4  
HC: 107  
AZ: 28  
PROT: 34  
SAL: 1