

Sin Lactosa

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

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 de soja y pan
"Cocido" soup
Full course "cocido" stew (without chorizo sausage) with green salad with olives
Soy 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: 2985/714
GT: 22
GS: 4
HC: 98
AZ: 24
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

Coditos con salsa de tomate
Salmón al horno con champiñones salteados
Fruta y pan
Elbow macaroni with tomato 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: 2767/662
GT: 21
GS: 4
HC: 95
AZ: 27
PROT: 28
SAL: 1

19

Patatas a la riojana
Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan
Riojana style potatoes
Ham omelette 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 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 de soja y pan
Sautéed peas with ham
Chicken drumsticks in "chilindron" gravy with roasted potatoes
Soy 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: 2887/691
GT: 20
GS: 3
HC: 96
AZ: 24
PROT: 36
SAL: 2

26

Arroz tres delicias
Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
Postre especial y pan
Chinese fried rice
Battered & fried 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
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta y pan
Rioja style lentils
Spanish 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: 3200/765
GT: 26
GS: 5
HC: 107
AZ: 29
PROT: 37
SAL: 1