

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 <a href="mailto:elgustodecrecer@aramark.es">elgustodecrecer@aramark.es</a>			1 <b>FESTIVO</b>	2 <b>FESTIVO</b>	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 (sin gluten) Vegetables cream Grilled tenderloin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	6 Guisantes salteados Pollo asado al romero con patatas asadas Fruta y pan (sin gluten) Sautéed peas Rosemary grilled chicken with roasted potatoes Fruit and bread (gluten free)	7 Pasta (sin gluten ) con tomate Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Turkey omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)	8 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur de soja y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew with green salad with olives Soy yoghurt and bread (gluten free)	9 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza a la donostiarra con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Grilled and baked hake with garlic & hot pepper gravy with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)	VE: 3105/743 GT: 27 GS: 6 HC: 99 AZ: 24 PROT: 31 SAL: 1
12 <b>1ª COMUNIONES</b> Hamburguesa casera con patatas fritas Postre especial y pan (sin gluten) Homemade hamburger with french fries Special desserts and bread (gluten free)	13 Pasta (sin gluten) con salsa de tomate Salmón al horno con champiñones salteados Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Baked salmon with sautéed mushrooms Fruit and bread (gluten free)	14 Crema de zanahoria Pollo con arroz con ensalada de lechuga y pimiento Fruta y pan (sin gluten) Carrot cream Chicken with rice with lettuce and pepper salad Fruit and bread (gluten free)	15 <b>FESTIVO</b>	16 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce French omelette with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread (gluten free)	VE: 2957/707 GT: 28 GS: 6 HC: 96 AZ: 26 PROT: 26 SAL: 2
19 Patatas a la riojana Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Riojana style potatoes Ham omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	20 Crema de calabacín Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (sin gluten) Zucchini cream Grilled yellowfin sole with green salad with olives Fruit and bread (gluten free)	21 Sopa de picadillo (sin gluten) Lacón a la gallega con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Broth with ham & egg bits (gluten free) Lacón pork shoulder with potatoes with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	22 Salteado de guisantes con jamón Jamoncitos de pollo al chilindrón con patatas asadas Yogur de soja y pan (sin gluten) Sautéed peas with ham Chicken drumsticks in "chilindron" gravy with roasted potatoes Soy yoghurt and bread (gluten free)	23 Pasta (sin gluten) al ajillo Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with garlic Baked hake with lettuce and carrot salad Fruit and bread (gluten free)	VE: 2848/681 GT: 22 GS: 5 HC: 94 AZ: 23 PROT: 32 SAL: 2
26 Arroz tres delicias Abadejo a la plancha con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Postre especial y pan (sin gluten) Chinese fried rice Grilled haddock with green salad with pepper and olives Special desserts and bread (gluten free)	27 Crema de zanahoria y calabaza Pechuga de pollo al limón con ensalada de arroz Fruta y pan (sin gluten) Cream of carrot & butternut squash Chicken breast with lemon with rice salad Fruit and bread (gluten free)	28 Sopa de pasta (sin gluten) Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Pasta soup (gluten free) Spanish omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	29 Judías verdes con tomate Albóndigas de ternera y cerdo con patatas al vapor Fruta y pan (sin gluten) Green beans with tomatoe Beef & pork meatballs with steamed potatoes Fruit and bread (gluten free)	30 Pasta (sin gluten ) con tomate Filete de lenguadina al horno con zanahorias salteadas Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Baked sole fillet with sautéed carrots Fruit and bread (gluten free)	VE: 2939/703 GT: 21 GS: 6 HC: 103 AZ: 28 PROT: 32 SAL: 2