



Enjoy your



meal

MENÚ COMIDAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><b>NO LECTIVO</b></p>	<p><b>3</b> Arroz con salsa de tomate / Rice with tomato sauce</p> <p>Filete de pavo adobado con ensalada de pimientos rojos/Turkey with paprika and red pepper salad</p> <p>Yogur de fresa y pan/ Strawberry yogurt and bread</p>	<p><b>4</b> Sopa de ave y verduras /Chicken and vegetable soup</p> <p>Lasaña de atún / Tuna lasagna</p> <p>Manzana , leche y pan/ Apple, milk and bread</p>	<p><b>5</b> Puré de espinacas/ Spinach puree</p> <p>Lomo a la riojana/ Pork</p> <p>Yogur de macedonia y pan/ Fruit salad yogurt and bread</p>	<p><b>6</b> Pasta gratinada con chorizo/ Cheesy pasta with sausage</p> <p>Merluza a la bilbaina/ Hake</p> <p>Plátano, leche y pan/ Banana, milk and bread</p>
<p><b>9</b> Judías verdes salteadas con jamón / Lightly fried green beans with ham</p> <p>Filete de ternera a la plancha con puré de patata / Grilled steak with potatoe puree</p> <p>Fresas con zumo de naranja y pan / Strawberries with orange juice and bread</p>	<p><b>10</b> Crema de puerros /Cream of leek</p> <p>Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries</p> <p>Yogur natural azucarado y pan/ Natural yogurt with sugar and bread</p>	<p><b>11</b> Pasta de verduras con salsa boloñesa/ Vegetable pasta with bolognese sauce</p> <p>Lomos de lenguado con guarnición de tomates y orégano/ Trout with tomatoes and oregano</p> <p>Macedonia de frutas natural de piña, kiwi y melón, leche y pan/ Fruit salad, milk and bread</p>	<p><b>12</b> Cocido completo ( sopa, garbanzos, patata, zanahoria, chorizo, pollo, ternera y jamón) / Complete cocido (broth, chickpeas, potatoes, carrots, sausage, chicken, steak and ham)</p> <p>Petit-suise y pan/ Yogurt and bread</p>	<p><b>13</b> Paella de marisco/ Seafood rice dish</p> <p>Tortilla de espinacas/Spinach omelette</p> <p>Manzana, leche y pan/Apple, milk and bread</p>
<p><b>16</b> Espaguetis con salsa carbonara/ Spaghetti with carbonara sauce</p> <p>Emperador ajo-perejil/ Swordfish with garlic and parsley</p> <p>Naranja y pan/Orange and bread</p>	<p><b>17</b> Guisantes con jamón / Peas with ham</p> <p>Filete de pollo con patatas fritas/ Chicken with french fries</p> <p>Yogur de macedonia y pan/ Fruit salad yogurt and bread</p>	<p><b>18</b> Sopa de arroz y pescado/ Rice and fish soup</p> <p>Croquetas caseras / Homemade croquettes</p> <p>Manzana , leche y pan/ Apple, milk and bread</p>	<p><b>19</b> Crema de verduras / Cream of vegetables</p> <p>Ternera en salsa con verduras / Veal in sauce with vegetables</p> <p>Yogur de fresa y pan / Strawberry yogurt and bread</p>	<p><b>20</b> Lentejas hortelanas /Lentil stew</p> <p>Atún con tomate/Tuna with tomato</p> <p>Macedonia de frutas naturales de piña, kiwi y melón, leche y pan/ Fruit salad, milk and bread</p>
<p><b>23</b> Judías blancas con chorizo y morcilla/ Haricot bean stew with sausage and blood sausage</p> <p>Lomo adobado con ensalada de queso de burgos y tomate/ Pork with paprika and salad with cheese and tomatoes</p> <p>Manzana reineta , leche y pan/ Apple, milk and bread</p>	<p><b>24</b> Arroz con pollo y verduras/ Rice with chicken and vegetables</p> <p>Salmón con salsa de champiñones y zanahoria / Salmon with mushrooms and carrot</p> <p>Yogur natural azucarado/ Natural yogurt with sugar</p>	<p><b>25</b> Acelgas rehogadas con patatas, bacon y pasas/ Lightly fried chard with potatoes, bacon and raisins</p> <p>Albóndigas de ternera sin soja con arroz / Soy free meatballs with rice</p> <p>Fresas con leche y pan/ Strawberries with milk and bread</p>	<p><b>26</b> Pasta con atún y salsa de tomate/ Pasta with tuna and tomato sauce</p> <p>Ragut de pavo con guarnición de verduras/ Turkey with vegetables</p> <p>Petti- suisse/ Yogurt</p>	<p><b>27</b> Patatas guisadas con carne/ Potato and meat stew</p> <p>Merluza a la marinera/ Hake</p> <p>Plátano, leche y pan/ Banana, milk and bread</p>
<p><b>30</b></p> <p><b>NO LECTIVO</b></p>				

TODOS LOS ALUMNOS PODRÁN REPETIR LAS VECES QUE DESEEN, DESPUÉS DE HABER COMIDO EL PRIMER Y SEGUNDO PLATO. Es conveniente que los niños vengán bien desayunados al Colegio. El pescado será de las variedades: merluza, pescadilla, salmón, mero... puede variar en función de la disponibilidad de mercado y si es fresco será congelado durante 24-48 horas a -20 °C, según la normativa vigente (RD 1420/2006). Los productos lácteos utilizados en el Colegio (leche, yogur, etc.) son de la marca Puleva y Danone. Todos los 2º platos irán acompañados de ensalada. Información disponible en materia de alergias e intolerancias. Soliciten información en enfermería.