



Be
healthy,
live
healthy

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	<p>1</p> <p>FIESTA</p>	<p>2</p> <p>FIESTA</p>	<p>3</p> <p>Sopa de pescado/Fish soup</p> <p>Huevos rellenos/ Stuffed eggs</p> <p>Fruta, leche y pan/ Fruit, milk and bread</p>	<p>4</p> <p>Parrilla de verduras/ Grilled vegetables</p> <p>Magro en salsa/ Pork in sauce</p> <p>Postre lácteo y pan/ Dairy dessert and bread</p>
<p>7</p> <p>Ensalada completa de espinacas frescas/ Fresh spinach salad</p> <p>Chuletas de pavo/Turkey drumsticks</p> <p>Postre lácteo y pan/ Dairy dessert and bread</p>	<p>8</p> <p>Crema de calabacín/Cream of zucchini</p> <p>Empanadillas caseras de carne/Homemade meat patties</p> <p>Fruta, leche y pan/ Fruit, milk and bread</p>	<p>9</p> <p>Espárragos con mayonesa/ Asparagus with mayo</p> <p>Sepia a la plancha/ Grilled squid</p> <p>Postre lácteo y pan/ Dairy dessert and bread</p>	<p>10</p> <p>San Jacobos caseros con ensalada variada/ Homemade breaded ham and cheese with salad</p> <p>Fruta, leche y pan/ Fruit, milk and bread</p>	<p>11</p> <p>Coliflor con bechamel/ Cauliflower in bechamel sauce</p> <p>Lenguado a la plancha/Grilled sole</p> <p>Postre lácteo y pan/ Dairy dessert and bread</p>
<p>14</p> <p>Ensalada campera/Potato, onion, pepper and egg salad</p> <p>Gallo a la plancha/Grilled megrim</p> <p>Postre lácteo y pan/ Dairy dessert and bread</p>	<p>15</p> <p>FIESTA</p>	<p>16</p> <p>Tortilla de patata con pimientos verdes y pisto/ Spanish omelete with green peppers and vegetables in tomato sauce</p> <p>Postre lácteo y pan/ Dairy dessert and bread</p>	<p>17</p> <p>Revuelto de trigueros, champiñones y gambas con ensalada/ Scrambled eggs with white asparagus, mushrooms and shrimp with salad</p> <p>Salchichas de pavo/Turkey sausages</p> <p>Fruta, leche y pan/ Fruit, milk and bread</p>	<p>18</p> <p>Acelgas rehogadas con patata/Lightly fried chard with potatoes</p> <p>Mero en salsa /Grouper with sauce</p> <p>Postre lácteo y pan/ Dairy dessert and bread</p>
<p>21</p> <p>Pimientos asados/Roasted peppers</p> <p>Solomillos de pollo con queso/Chicken with cheese</p> <p>Postre lácteo y pan/ Dairy dessert and bread</p>	<p>22</p> <p>Calabacín a la plancha/Grilled zucchini</p> <p>Dorada al horno/Baked sea bream</p> <p>Fruta, leche y pan/ Fruit, milk and bread</p>	<p>23</p> <p>Alcachofas con jamón/ Artichokes with ham</p> <p>Cinta de lomo a la plancha/Grilled pork</p> <p>Postre lácteo y pan/ Dairy dessert and bread</p>	<p>24</p> <p>Berenjenas rellenas de carne con bechamel/Stuffed eggplant with meat and bechamel sauce</p> <p>Fruta, leche y pan/ Fruit, milk and bread</p>	<p>25</p> <p>Brócoli rehogado/Lightly fried broccoli</p> <p>Hamburguesa de ternera con patatas / Steak burger with french fries</p> <p>Postre lácteo y pan/ Dairy dessert and bread</p>
<p>28</p> <p>Crema de verduras/ Cream of vegetables</p> <p>Chuletas de sajonia/ Drumsticks in sauce</p> <p>Postre lácteo y pan/ Dairy dessert and bread</p>	<p>29</p> <p>Salmón con tomates al horno y patatas panaderas/ Baked salmon with tomatoes and potatoes</p> <p>Fruta, leche y pan/ Fruit, milk and bread</p>	<p>30</p> <p>Judías verdes rehogadas/Lightly fried green beans</p> <p>Alitas de pollo/Chicken wings</p> <p>Postre lácteo y pan/ Dairy dessert and bread</p>	<p>31</p> <p>Arroz salteado con verduras/Rice with vegetables</p> <p>Trucha rellena de bacon/Trout stuffed with bacon</p> <p>Fruta, leche y pan/ Fruit, milk and bread</p>	

TODOS LOS ALUMNOS PODRÁN REPETIR LAS VECES QUE DESEEN, DESPUÉS DE HABER COMIDO EL PRIMER Y SEGUNDO PLATO. Es conveniente que los niños vengan 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.