



MENÚ COMIDAS

09

September



Enjoy your



meal

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<p>4 Arroz con tomate / White rice with tomato sauce</p> <p>Hamburguesa de pollo con patatas fritas / Chicken-burger with french fries.</p> <p>Yogur de limón y pan / Lemon yogurt and bread.</p>	<p>5 Pure de calabacín / Zucchini puree.</p> <p>Emperador con ensalada de espinacas. / Swordfish with spinach salad.</p> <p>Plátano, leche y pan /Banana, milk and bread.</p>	<p>6 DIA DE ASTURIAS Fabada asturiana / Asturian stew.</p> <p>Escalopines de ternera con ensalada de tomate ,queso fresco y orégano /</p> <p>Arroz con leche o yogur natural y pan/ Rice pudding or natural yogurt and bread</p>	<p>7 Pasta boloñesa / Pasta with meat and tomato sauce.</p> <p>Merluza salteada con verduras / Hake with vegetables.</p> <p>Melón, leche y pan / Melon, milk and bread.</p>
<p>10 Paella de chipirones y gambas/ Valencian-style rice dish with baby squid and shrimp</p> <p>Lacón a la gallega / Lacon,</p> <p>Sandia, leche y pan / Watermelon, milk and bread</p>	<p>11 Sopa de picadillo sin huevo / Soup with meat and without egg</p> <p>Pollo asado con patatas fritas/ Roasted chicken with french fries</p> <p>Yogur natural y pan/ Natural yogurt and bread.</p>	<p>12 Lentejas guisadas con chorizo / lentils stewed with chorizo.</p> <p>Bacalao al horno con ensalada de tomate, pepino y cebolla / Cod with tomato, cucumber, onion salad.</p> <p>Manzana Granny Smith , leche y pan. Granny Smith apple, milk and bread.</p>	<p>13 Puré de espinacas / Spinach puree</p> <p>Albóndigas de ternera con arroz / Meatballs with rice.</p> <p>Natillas y pan / Custard and bread.</p>	<p>14 Judías verdes / Green beans</p> <p>Cinta de lomo con patatas panaderas y pimientos verdes/ Pork with potatoes and green peppers.</p> <p>Macedonia de frutas natural, leche y pan / Natural fruit salad, milk and bread.</p>
<p>17 Guisantes con jamón / Sautéed peas with ham.</p> <p>Ragout de pavo con verduras salteadas/ Turkey with salted vegetables</p> <p>Melón, leche y pan / Melon, milk and bread.</p>	<p>18 Garbanzos a la castellana / Spanish chickpea.</p> <p>Lomos de merluza a la bilbaína/Hake in a garlic sauce.</p> <p>Petit suisse y pan / Yogurt and bread.</p>	<p>19 Acelgas rehogadas Acelgas rehogadas con bacon/ Lightly fried chard with bacon</p> <p>Filete de ternera con patatas fritas / Grilled steak with french fries</p> <p>Plátano, leche y pan /Banana, milk and bread</p>	<p>20 Arroz tres delicias/Chinese style rice.3</p> <p>Filete de pollo a la plancha con lombarda / Grilled chicken fillet with red cabbage</p> <p>Yogur de fresa y pan / Strawberry yogurt and bread.</p>	<p>21 Pasta con salsa carbonara/ Pasta carbonara</p> <p>Salmón plancha con tomates al horno/ Grilled salmon with baked tomatoes .</p> <p>Sandia, leche y pan / Watermelon, milk and bread.</p>
<p>24 Menestra rehogada / Sauteed vegetables</p> <p>Ternera con verduras/ Steak with vegetables.</p> <p>Manzana Gala, leche y pan. Gala apple, milk and bread</p>	<p>25 Patatas con carne / Potatoes stew with meat</p> <p>Lomos de lenguado con guarnición de brocoli / Flounder with brocoli</p> <p>Yogur de macedonia y pan / Fruit salad yogurt and bread.</p>	<p>26 Sopa pescado /Fish soup</p> <p>Croquetas caseras sin huevo con pisto / Homemade croquettes without egg with vegetables</p> <p>Mandarina y pan / Tangerine and bread.</p>	<p>27 Judías pintas con arroz/ Beans with rice</p> <p>Filete de pavo adobado con ensalada de la huerta / Turkey with salad.</p> <p>Yogur de limón y pan / Lemon yogurt and bread.</p>	<p>28 Crema de calabaza/ Cream of pumpkin.</p> <p>Lasaña de atún sin huevo / Tuna lasagna without egg</p> <p>Plátano, leche y pan /Banana, 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.