Dietas Blandas

MENÚ COMIDAS

11 November

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1 FIESTA	**2** FIESTA
5 Arroz blanco / White rice Filete de pollo a la plancha / Grilled chicken Fruta y pan / Fruit and bread	**6** Pasta cocida blanca / Soft boiled pasta Filetes de lenguado al limón / Sole with lemon Yogur natural y pan / Natural yogurt and bread	**7** Sopa de cocido/ Broth Filete de pollo a la plancha / Grilled chicken Fruta y pan / Fruit and bread	**8** Puré patata y zanahoria / Potato and carrot puree Tortilla francesa / Omelette Yogur natural y pan / Natural yogurt and bread	**9** FIESTA
12 Patatas hervidas con pollo y aceite de oliva/ Boiled potatoes with chicken and olive oil. Tortilla francesa / Omelette Fruta y pan / Fruit and bread	**13** Puré patata y zanahoria / Potato and carrot puree Pavo a la plancha / Grilled turkey Yogur natural y pan / Natural yogurt and bread	**14** Arroz blanco / White rice Lacón a la gallega/Galician style ham Fruta y pan / Fruit and bread	**15** Pasta cocida blanca / Soft boiled pasta Pescado a la plancha / Grilled fish Yogur natural y pan / Natural yogurt and bread	**16** Sopa de cocido/ Broth Filete de pollo a la plancha / Grilled chicken Fruta y pan / Fruit and bread
19 Puré de calabacín/Zucchini puree Lacón a la gallega/Galician style ham Fruta y pan / Fruit and bread	**20** Arroz blanco / White rice Merluza a la plancha / Hake Yogur natural y pan / Natural yogurt and bread	**21** Puré patata y zanahoria / Potato and carrot puree Tortilla francesa / Omelette Fruta y pan / Fruit and bread	**22** Sopa ave y verduras/Chicken soup with vegetables Pavo a la plancha / Grilled turkey Yogur natural y pan / Natural yogurt and bread	**23** Pasta cocida blanca / Soft boiled pasta Pescado a la plancha / Grilled fish Fruta y pan / Fruit and bread
26 Arroz blanco / White rice Pescado a la plancha / Grilled fish Fruta y pan / Fruit and bread	**27** Sopa de cocido/ Broth Filete de pollo a la plancha / Grilled chicken Yogur natural y pan / Natural yogurt and bread	**28** Puré patata y zanahoria / Potato and carrot puree Pavo a la plancha / Grilled turkey Fruta y pan / Fruit and bread	**29** Pasta cocida blanca / Soft boiled pasta Pescado a la plancha / Grilled fish Yogur natural y pan / Natural yogurt and bread	**30** Patatas hervidas con pollo y aceite de oliva/ Boiled potatoes with chicken and olive oil. Tortilla francesa / Omelette Fruta y pan / Fruit and bread

Enjoy your meal

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 ºC, 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.