

MENÚ COMIDAS

Alérgicos a la lactosa y proteínas de la leche

10

October



Enjoy your



meal

	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<p>2</p> <p>Mititako/Fresh tuna stew.</p> <p>Tortilla de calabacín/ Zucchini omelette.</p> <p>Macedonia de frutas, leche de soja y pan/Mixed fruit salad, soy milk and bread.</p>	<p>3</p> <p>Pasta con salsa boloñesa / Bolognese pasta</p> <p>Merluza en salsa verde con gambas y almejas/Hake in green sauce with shrimp and clams.</p> <p>Uvas, pan y leche de soja /Grapes, bread and soy milk.</p>	<p>4</p> <p>Lentejas hortelanas/Lentil stew</p> <p>Filete de ternera a la plancha con puré de patata sin leche /Grilled steak with mashed potatoes without milk</p> <p>Postre lácteo de soja y pan / Soy dairy dessert and bread</p>	<p>5</p> <p>Puré de verduras/Vegetable puree</p> <p>Emperador con ajo perejil y ensalada de tomate , orégano/ Swordfish with garlic, tomato salad with oregano</p> <p>Plátano, leche de soja y pan/Banana, soy milk and bread.</p>
	<p>8</p> <p>Paella de verduras y pollo/Valencian style rice dish with chicken and vegetables</p> <p>Lacón a la gallega/Galician style pork</p> <p>Manzana, leche de soja y pan/Apple, soy milk and bread.</p>	<p>10</p> <p>Cocido completo : sopa, garbanzos, patata, zanahoria, repollo, chorizo, pollo, ternera y jamón / Complete cocido (broth, chickpeas, potatoes, carrots, sausage, chicken, steak and ham).</p> <p>Mandarina y pan / Mandarin and bread.</p>	<p>11</p> <p>Pasta marinera / Pasta with gulas and shrimp</p> <p>Filete de pollo a la plancha con lombarda Grilled chicken with redcabbge</p> <p>Postre lácteo de soja y pan / Soy dairy dessert and bread</p>	<p>12</p> <p>FIESTA</p>
	<p>15</p> <p>Arroz tres delicias/Chinese style rice.</p> <p>Atún con cebolla y tomate/Tuna with onion and tomato</p> <p>Plátano, pan y leche/ de soja /Banana, soy milk and bread</p>	<p>16 DÍA MUNDIAL DE LA ALIMENTACIÓN</p> <p>Judías blancas con grelos /White bean stew with turnips</p> <p>Filete de pavo con puré de patata sin leche /Turkey fillet with mashed potatoes without milk</p> <p>Postre lácteo de soja y pan / Soy dairy dessert and bread</p>	<p>17</p> <p>Menestra verduras/Sauteed mixed vegetables</p> <p>Cinta de lomo con pimientos verdes/Pork with green peppers</p> <p>Caqui, pan y leche de soja / Caqui, bread and soy milk</p>	<p>19</p> <p>Crema espinacas/Cream of spinach</p> <p>Albóndigas de ternera con patatas dado/Meatballs with cubed potatoes</p> <p>Uvas, pan y leche de soja /Grapes, bread and soy milk.</p>
	<p>22</p> <p>Arroz con salchichas y tomate/Rice with sausage and tomatoes</p> <p>Ternera con verduras /Steak with vegetables</p> <p>Manzana, leche de soja y pan/ Apple, soy milk and bread.</p>	<p>23</p> <p>Acelgas con bacon/Chard with bacon</p> <p>Hamburguesa de pollo con patatas fritas/Chicken burger with french fries.</p> <p>Postre lácteo de soja y pan / Soy dairy dessert and bread</p>	<p>24</p> <p>Patatas con carne/Potato and meat stew</p> <p>Merluza salteado con champiñones/Salted hake with mushrooms</p> <p>Plátano, pan y leche de soja /Banana, soy milk and bread.</p>	<p>26</p> <p>Crema de calabaza /Cream of pumpkin</p> <p>Lasaña de atún sin leche / Tuna lasagna without milk</p> <p>Mandarina y pan/Mandarin and bread .</p>
	<p>29</p> <p>Guisantes con jamón/Sauteed peas with ham</p> <p>Croquetas sin leche con pisto/Croquettes without milk with mixed vegetables in sauce.</p> <p>Macedonia de frutas, leche de soja y pan/Mixed fruit salad, soy milk and bread .</p>	<p>30</p> <p>Alubias plancheta con marisco/Beans with seafood..</p> <p>Filete pollo a la plancha con ensalada de espinacas/Grilled chicken with spinach salad</p> <p>Postre lácteo de soja y pan / Soy dairy dessert and bread</p>	<p>31</p> <p>Sopa de picadillo/Soup with meat and egg</p> <p>Emperador con habitas rehogadas/Swordfish with lightly fried beans.</p> <p>Manzana, leche de soja y pan/Apple, soy milk and bread.</p>	