



Alérgicos a legumbres

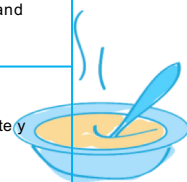
MENÚ COMIDAS

11

November



Enjoy your



meal

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1 FIESTA	2 FIESTA
5 Arroz tres delicias / Chinese style rice Pollo al ajillo con patatas y cebolla./Chicken in garlic sauce with potatoes and onions Manzana, leche y pan/Apple, milk and bread	6 Pasta boloñesa con parmesano /Bolognese pasta with cheese. Filetes de lenguado al limón / Sole with lemon Natillas y pan/Pudding and bread.	7 Cocido : sopa, patata, zanahoria, repollo, chorizo, pollo, ternera y jamón / Complete cocido (broth, potatoes, carrots, sausage, chicken, steak and ham). Mandarina y pan / Mandarin and bread.	8 Crema espinacas con picatostes / Cream of spinach with croutons. Lomo de cerdo con ensalada de pepino y tomate / Pork with cucumber and tomato salad Yogur de fresa y pan/ Strawberry yogurt and bread.	9 FIESTA
12 Patatas con carne/Potatoes with meat Tortilla francesa con ensalada de tomate, queso fresco y orégano./ Omelette with tomato, fresh cheese and oregano. Plátano, pan y leche/Banana, milk and bread	13 Puré patata y zanahoria / Potato and carrot puree Albóndigas de ternera con patatas dado/Meatballs with cubed potatoes Yogur de limón y pan/Lemon yogurt and bread.	14 Arroz con chipirones/Rice with small squid Lacón a la gallega/Galician style ham Caqui, pan y leche./Persimmon, bread and milk	15 Pasta con chorizo y salsa de tomate / Pasta with sausage and tomato sauce Emperador con setas variadas/Swordfish with mixed mushrooms Yogur natural azucarado y pan/ Natural yogurt with sugar, and bread .	16 Sopa de cocido/ Broth Cuartos de pollo con cebolla , zanahoria y patatas/Chicken with onion, carrots and potatoes Uvas, pan y leche/Grapes, bread and milk .
19 Puré de calabacín/Zucchini puree Cinta de lomo con revuelto de patatas panaderas y pimiento verde/Pork and scrambled eggs with potatoes and green peppers Manzana, leche y pan/ Apple, milk and bread .	20 Arroz con salsa de tomate / White rice with tomato sauce Merluza a la plancha con ensalada / Hake with salad Petit-suisse y pan / Yogurt and bread	21 Puré de verduras con picatostes / Vegetables puree with croutons Lasaña de ternera / Meat lasagne Plátano, pan y leche/Banana, milk and bread.	22 THANKSGIVING DAY Sopa ave y verduras/Chicken soup with vegetables Ragout de pavo con verduras y patatas/Turkey with vegetables and potatoes Yogur de macedonia y pan /Fruit salad yogurt and bread	23 Lazos con chorizo , salsa de tomate y queso rallado/Pasta with sausage, tomato sauce and grated cheese. Bacalao enharinado con cebolla y calabacín/Breaded cod fish with onion and zucchini. Mandarina y pan/Mandarin and bread
26 Arroz con salchichas y tomate/Rice with sausage and tomatoes Salmón al horno con brócoli/Baked salmon with broccoli Macedonia de frutas, leche y pan/Mixed fruit salad, milk and bread	27 Cocido : sopa, patata, zanahoria, repollo, chorizo, pollo, ternera y jamón / Complete cocido (broth, potatoes, carrots, sausage, chicken, steak and ham). Yogur natural azucarado y pan/ Natural yogurt with sugar, and bread.	28 Acelgas salteadas con sofrito de jamón/Salted chard with ham Pollo al chilindrón con patatas fritas/Chicken in sauce with french fries Manzana, leche y pan/Apple, milk and bread.	29 Pasta con salsa carbonara y queso / Carbonara pasta with cheese Merluza con pure de pimiento amarillo/ Hake with yellow pepper puree Yogur de fresa, y pan/Strawberry yogurt, and bread.	30 Patatas guisadas con pollo / Potatoes with chicken Croquetas con ensalada de espinacas / Croquettes with spinach salad Uvas, pan y leche/Grapes, bread and milk.

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.