

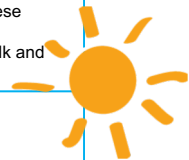


Alérgicos a legumbres

MENÚ COMIDAS

10

October



Enjoy your



meal

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>1 Marmitako/Fresh tuna stew. Tortilla de calabacín/ Zucchini omelette. Macedonia de frutas, leche y pan/Mixed fruit salad, milk and bread</p>	<p>2 Arroz con salchichas y tomate/Rice with sausage and tomatoes Pollo asado con patatas fritas/Roasted chicken with french fries Yogur natural azucarado y pan/Natural yogurt with sugar, and bread</p>	<p>3 Pasta son salsa carbonara y queso rallado /Carbonara pasta with cheese Merluza en salsa verde con gambas y almejas/Hake in green sauce with shrimp and clams Uvas, pan y leche/Grapes, bread and milk.</p>	<p>4 Sopa de cocido/ Broth Filete de ternera a la plancha con puré de patata/Grilled steak with mashed potatoes. Yogur de macedonia y pan/Fruit salad yogurt and bread</p>	<p>5 Puré de verduras/Vegetable puree Emperador con ajo perejil y ensalada de tomate , orégano y queso de Burgos/Swordfish with garlic, tomato salad with oregano and soft cheese Plátano, leche y pan/Banana, milk and bread.</p>
<p>8 Paella de verduras y pollo/Valencian style rice dish with chicken and vegetables Lacón a la gallega/Galician style pork Manzana, leche y pan/Apple, milk and bread.</p>	<p>9 Crema de zanahoria con picatostes /Cream of carrots with croutons Salmón a la meniere/ Salmon with a lemon sauce. Natillas y pan/Pudding and bread.</p>	<p>10 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.</p>	<p>11 Pasta marinera / Pasta with gulas and shrimp Filete de pollo a la plancha con lombarda Grilled chicken with redcabbge Yogur de fresa y pan/ Strawberry yogurt and bread.</p>	<p>12 FIESTA</p>
<p>15 Arroz tres delicias/Chinese style rice Atún con cebolla y tomate/Tuna with onion and tomato Plátano, pan y leche/Banana, milk and bread</p>	<p>16 DÍA MUNDIAL DE LA ALIMENTACIÓN Sopa de cocido/ Broth Filete de pavo con puré de patata/Turkey fillet with mashed potatoes Yogur de limón y pan/Lemon yogurt and bread.</p>	<p>17 Patatas guisadas con pollo / Stew potatoes with chicken Cinta de lomo con pimientos verdes/Pork with green peppers Caqui, pan y leche.</p>	<p>18 Pasta boloñesa con queso rallado/Bolognese pasta with sprinkled cheese. Lomos de lenguado con brócoli/Sole with broccoli. Yogur natural azucarado y pan/ Natural yogurt with sugar, and bread.</p>	<p>19 Crema espinacas/Cream of spinach Albóndigas de ternera con patatas dado/Meatballs with cubed potatoes Uvas, pan y leche/Grapes, bread and milk.</p>
<p>22 Arroz con salchichas y tomate/Rice with sausage and tomatoes Ternera con verduras /Steak with vegetables Manzana, leche y pan/ Apple, milk and bread.</p>	<p>23 Acelgas con bacon/Chard with bacon Filete de pollo con patatas fritas/Grilled chicken with french fries. Petit-suisse/Yogurt.</p>	<p>24 Patatas con carne/Potato and meat stew Merluza salteado con champiñones/Salted hake with mushrooms Plátano, pan y leche/Banana, milk and bread.</p>	<p>25 Pasta con salsa de tomate / Pasta with tomato sauce Tortilla de espinacas/Spinach omelette. Yogur de macedonia/Fruit salad yogurt.</p>	<p>26 Crema de calabaza /Cream of pumpkin Lasaña de atún/Tuna lasagna. Mandarina y pan/Mandarin and bread</p>
<p>29 Pasta con salsa boloñesa / Bolognese pasta Croquetas con pisto/Croquettes with mixed vegetables in sauce. Macedonia de frutas, leche y pan/Mixed fruit salad, milk and bread .</p>	<p>30 Arroz tres delicias/Chinese style rice Filete pollo a la plancha con ensalada de espinacas/Grilled chicken with spinach salad Yogur de fresa, y pan/Strawberry yogurt, and bread.</p>	<p>31 Sopa de picadillo/Soup with meat and egg Emperador con salsa ajo perejil /Swordfish Manzana, leche y pan/Apple, 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 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.