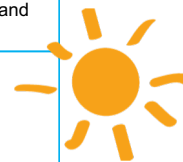


# Alérgicos a moluscos y marisco

# MENÚ COMIDAS

# 10

## October



### FIESTA

Enjoy your



meal

1	2	3	4	5
<p>Marmitako/Fresh tuna stew.</p> <p>Tortilla de calabacín/ Zucchini omelette.</p> <p>Macedonia de frutas, leche y pan/Mixed fruit salad, milk and bread .</p>	<p>Judías verdes/Green beans</p> <p>Pollo asado con patatas fritas/ Roasted chicken with french fries</p> <p>Yogur natural azucarado y pan/Natural yogurt with sugar, and bread .</p>	<p>Pasta son salsa carbonara y queso rallado /Carbonara pasta with cheese</p> <p>Merluza a la plancha / Grilled Hake.</p> <p>Uvas, pan y leche/Grapes, bread and milk .</p>	<p>Lentejas hortelanas/Lentil stew</p> <p>Filete de ternera a la plancha con puré de patata/Grilled steak with mashed potatoes</p> <p>Yogur de macedonia y pan/Fruit salad yogurt and bread . .</p>	<p>Puré de verduras/Vegetable puree</p> <p>Emperador con ajo perejil y ensalada de tomate , orégano y queso de Burgos/Swordfish with garlic, tomato salad with oregano and soft cheese.</p> <p>Plátano, leche y pan/Banana, 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 y pan/Apple, milk and bread.</p>	<p>9</p> <p>Crema de zanahoria con picatostes /Cream of carrots with croutons</p> <p>Salmón a la meniere/ Salmon with a lemon sauce.</p> <p>Natillas y pan/Pudding 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 con salsa de tomate y queso rallado / Pasta with tomato sauce and cheese</p> <p>Filete de pollo a la plancha con lombarda Grilled chicken with redcabbage</p> <p>Yogur de fresa y pan/ Strawberry yogurt and bread.</p>	<p>12</p>
<p>15</p> <p>Arroz con pollo y verduras / Rice with chicken and vegetables</p> <p>Atún con cebolla y tomate/Tuna with onion and tomato.</p> <p>Plátano, pan y leche/Banana, 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/Turkey fillet with mashed potatoes</p> <p>Yogur de limón y pan/Lemon yogurt 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 .</p>	<p>18</p> <p>Pasta boloñesa con queso rallado/Bolognese pasta with sprinkled cheese.</p> <p>Lomos de lenguado con brócoli/Sole with broccoli.</p> <p>Yogur natural azucarado y pan/ Natural yogurt with sugar, and bread.</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/Grapes, bread and 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 y pan/ Apple, 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>Petit-suisse/Yogurt.</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/Banana, milk and bread.</p>	<p>25</p> <p>Lentejas estofadas con chorizo/Lentil stew with sausage</p> <p>Tortilla de espinacas/Spinach omelette.</p> <p>Yogur de macedonia/Fruit salad yogurt.</p>	<p>26</p> <p>Crema de calabaza /Cream of pumpkin</p> <p>Lasaña de atún/Tuna lasagna.</p> <p>Mandarina y pan/Mandarin and bread .</p>
<p>29</p> <p>Guisantes con jamón/Sauteed peas with ham</p> <p>Croquetas con pisto/Croquettes with mixed vegetables in sauce.</p> <p>Macedonia de frutas, leche y pan/Mixed fruit salad, milk and bread</p>	<p>30</p> <p>Alubias plancheta / Beans</p> <p>Filete pollo a la plancha con ensalada de espinacas/Grilled chicken with spinach salad</p> <p>Yogur de fresa, y pan/Strawberry yogurt, 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 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 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.