



**Alérgicos al pescado**

# MENÚ COMIDAS

# 11

November



Enjoy your



meal

| VIERNES                                                                                                                                                                                                                                | MARTES                                                                                                                                                                                                                                                                            | MIÉRCOLES                                                                                                                                                                                                                                         | JUEVES                                                                                                                                                                                                                           | VIERNES                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                   | 1                                                                                                                                                                                                                                | 2                                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>FIESTA</b>                                                                                                                                                                                                                    | <b>FIESTA</b>                                                                                                                                                                                                            |
| <b>5</b><br>Judías verdes/Green beans<br><br>Pollo al ajillo con patatas y cebolla./Chicken in garlic sauce with potatoes and onions<br><br>Manzana, leche y pan/Apple, milk and bread.                                                | <b>6</b><br>Pasta boloñesa con parmesano /Bolognese pasta with cheese.<br><br>Filete de ternera / Grilled steak<br><br>Natillas y pan/Pudding and bread. .                                                                                                                        | <b>7</b><br>Cocido completo : sopa, garbanzos, patata, zanahoria, repollo, chorizo, pollo, ternera y jamón / Complete cocido (broth, chickpeas, potatoes, carrots, sausage, chicken, steak and ham).<br><br>Mandarina y pan / Mandarin and bread. | <b>8</b><br>Crema espinacas con picatostes / Cream of spinach with croutons<br><br>Lomo de cerdo con ensalada de pepino y tomate / Pork with cucumber and tomato salad<br><br>Yogur de fresa y pan/ Strawberry yogurt and bread. | <b>9</b><br><br><br><b>FIESTA</b>                                                                                                                                                                                        |
| <b>12</b><br>Patatas con carne/Potatoes with meat<br><br>Tortilla francesa con ensalada de tomate, queso fresco y orégano./ Omelette with tomato, fresh cheese and oregano.<br><br>Plátano, pan y leche/Banana, milk and bread         | <b>13</b><br>Guisantes salteados con jamón/Sauteed peas with ham<br><br>Albóndigas de ternera con patatas dado/Meatballs with cubed potatoes<br><br>Yogur de limón y pan/Lemon yogurt and bread.                                                                                  | <b>14</b><br>Arroz con chipirones/Rice with small squid<br><br>Lacón a la gallega/Galician style ham<br><br>Caqui, pan y leche./Persimmon, bread and milk .                                                                                       | <b>15</b><br>Menestra de verduras/Sauteed vegetables<br><br>Cinta de lomo / Pork<br><br>Yogur natural azucarado y pan/ Natural yogurt with sugar, and bread.                                                                     | <b>16</b><br>Lentejas estofadas con chorizo/Lentil stew with sausage<br><br>Cuartos de pollo con cebolla , zanahoria y patatas/Chicken with onion, carrots and potatoes<br><br>Uvas, pan y leche/Grapes, bread and milk. |
| <b>19</b><br>Puré de calabacín/Zucchini puree<br><br>Cinta de lomo con revuelto de patatas panaderas y pimiento verde/Pork and scrambled eggs with potatoes and green peppers<br><br>Manzana, leche y pan/ Apple, milk and bread. ,1,7 | <b>20</b><br>Judías pintas con arroz/Black beans with rice<br><br>Tortilla francesa / Omelette<br><br>Petit-suisse y pan / Yogurt and bread                                                                                                                                       | <b>21</b><br>Puré de verduras con picatostes / Vegetables puree with croutons<br><br>Lasaña de ternera / Meat lasagne<br><br>Plátano, pan y leche/Banana, milk and bread.                                                                         | <b>22 THANKSGIVING DAY</b><br>Sopa ave y verduras/Chicken soup with vegetables<br><br>Ragout de pavo con verduras y patatas/Turkey with vegetables and potatoes<br><br>Yogur de macedonia y pan /Fruit salad yogurt and bread    | <b>23</b><br>Lazos con chorizo , salsa de tomate y queso rallado/Pasta with sausage, tomato sauce and grated cheese.<br><br>Filete de ternera / Grilled steak<br><br>Mandarina y pan/Mandarin and bread .                |
| <b>26</b><br>Arroz con salchichas y tomate/Rice with sausage and tomatoes<br><br>Tortilla francesa / Omelette<br><br>Macedonia de frutas, leche y pan/Mixed fruit salad, milk and bread .                                              | <b>27</b><br>Cocido completo : sopa, garbanzos, patata, zanahoria, repollo, chorizo, pollo, ternera y jamón / Complete cocido (broth, chickpeas, potatoes, carrots, sausage, chicken, steak and ham).<br><br>Yogur natural azucarado y pan/ Natural yogurt with sugar, and bread. | <b>28</b><br>Acelgas salteadas con sofrito de jamón/Salted chard with ham<br><br>Pollo al chilindrón con patatas fritas/Chicken in sauce with french fries<br><br>Manzana, leche y pan/Apple, milk and bread.                                     | <b>29</b><br>Pasta con salsa carbonara y queso / Carbonara pasta with cheese<br><br>Cinta de lomo / Pork<br><br>Yogur de fresa, y pan/Strawberry yogurt, and bread.                                                              | <b>30</b><br>Judías verdes con patatas / Green beans with potatoes<br><br>Croquetas con ensalada de espinacas / Croquettes with spinach salad<br><br>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 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.