



Alérgicos al pescado

MENÚ COMIDAS

10

October



Enjoy your



meal

MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
1 Patatas con carne / Potato and meat stew Tortilla de calabacín/ Zucchini omelette. Macedonia de frutas, leche y pan/Mixed fruit salad, milk and bread.	2 Judías verdes/Green beans Pollo asado con patatas fritas/Roasted chicken with french fries Yogur natural azucarado y pan/Natural yogurt with sugar, and bread.	3 Pasta son salsa carbonara y queso rallado /Carbonara pasta with cheese Cinta de lomo / Pork Uvas, pan y leche/Grapes, bread and milk.	4 Lentejas hortelanas/Lentil stew 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	5 Puré de verduras/Vegetable puree Filete de pollo a la plancha/Grilled chicken Plátano, leche y pan/Banana, milk and bread.	FIESTA		
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.	9 Crema de zanahoria con picatostes /Cream of carrots with croutons Cinta de lomo / Pork Natillas y pan/Pudding and bread.	10 Cocido completo : sopa, garbanzos, patata, zanahoria, repollo, chorizo, pollo, ternera y jamón / Complete cocido (broth, chickpeas, potatoes, carrots, sausage, chicken, steak and ham). Mandarina y pan / Mandarin and bread.	11 Pasta con salsa de tomate y queso rallado / Pasta con tomato sauce and cheese Filete de pollo a la plancha con lombarda Grilled chicken with redcabbge Yogur de fresa y pan/ Strawberry yogurt and bread.				
15 Arroz tres delicias/Chinese style rice.3 Tortilla francesa / Omelette Plátano, pan y leche/Banana, milk and bread	16 DÍA MUNDIAL DE LA ALIMENTACIÓN Judías blancas con grelos /White bean stew with turnips Filete de pavo con puré de patata/Turkey fillet with mashed potatoes. Yogur de limón y pan/Lemon yogurt and bread.	17 Menestra verduras/Sauteed mixed vegetables Cinta de lomo con pimientos verdes/Pork with green peppers Caqui, pan y leche.	18 Pasta boloñesa con queso rallado/Bolognese pasta with sprinkled cheese. Filete de pollo a la plancha/Grilled chicken Yogur natural azucarado y pan/ Natural yogurt with sugar, and bread. .	19 Crema espinacas/Cream of spinach Albóndigas de ternera con patatas dado/Meatballs with cubed potatoes Uvas, pan y leche/Grapes, bread and milk.			
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.	23 Acelgas con bacon/Chard with bacon Hamburguesa de pollo con patatas fritas/Chicken burger with french fries. Petit-suisse/Yogurt. .	24 Patatas con carne/Potato and meat stew Lacón a la gallega/Galician style pork Plátano, pan y leche/Banana, milk and bread. .	25 Lentejas estofadas con chorizo/Lentil stew with sausage Tortilla de espinacas/Spinach omelette. Yogur de macedonia/Fruit salad yogurt. .	26 Crema de calabaza /Cream of pumpkin Lasaña de carne / Meat lasagna. Mandarina y pan/Mandarin and bread .			
29 Guisantes con jamón/Sauteed peas with ham Croquetas con pisto/Croquettes with mixed vegetables in sauce. Macedonia de frutas, leche y pan/Mixed fruit salad, milk and bread	30 Alubias plancheta con marisco/Beans with seafood. Filete pollo a la plancha con ensalada de espinacas/Grilled chicken with spinach salad Yogur de fresa, y pan/Strawberry yogurt, and bread.	31 Sopa de picadillo/Soup with meat and egg . Ternera con verduras /Steak with vegetables Manzana, leche y pan/Apple, milk and bread.					

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..