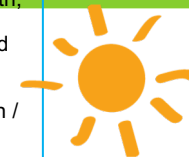


MENÚ COMIDAS

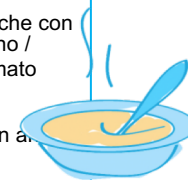
Alérgicos a la lactosa y proteínas de la leche

1

January



Enjoy your



meal

	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
NO LECTIVO	<p>8 Macarrones con atún y tomate / Pasta with tuna and tomato sauce.</p> <p>Cinta de lomo adobada con ensalada de tomate y orégano / Marinated pork with tomato, and orenago salad.</p> <p>Postre lácteo de soja y pan / Soy dairy dessert and bread</p>	<p>9 Patatas guisadas con costillas y setas / Potatoes stew with cutled and mushrooms</p> <p>Filete de merluza al limón / Grilled hake with lemon.</p> <p>Mandarina y pan / Mandarin and bread.</p>	<p>10 Crema de verduras frescas / Cream of fresh vegetables</p> <p>Hamburguesa de pollo con patatas fritas / Chicken burger with french fries</p> <p>Postre lácteo de soja y pan / Soy dairy dessert and bread</p>	<p>11 Cocido completo (Sopa, garbanzos, zanahoria, patata, repollo, jamón, ternera, pollo y chorizo) / Complete cocido (broth, chickpeas, carrot, potatoe, cabbage, ham, veal, chicken and sausage)</p> <p>Piña natural leche de soja y pan / Natural pineapple soy milk and bread.</p>
<p>14 Arroz con salsa de tomate / Rice with tomato sauce</p> <p>Filete de pavo adobado con champiñones / Marinated turkey with mushrooms.</p> <p>Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread.</p>	<p>15 Lentejas guisadas con verduras / Lentil stew with vegetables</p> <p>Salmón al horno con eneldo y lombarda / Baked salmon with dill and red cabbage.</p> <p>Postre lácteo de soja y pan / Soy dairy dessert and bread</p>	<p>16 Puré de calabaza / Pumpkin puree</p> <p>Albóndigas de ternera con arroz / Meatballs with rice.</p> <p>Macedonia natural de fruta, leche de soja y pan / Natural fruit salad, aoy milk and bread.</p>	<p>17 Judías verdes rehogadas con jamón / Green beans sauteed with ham</p> <p>Pollo asado con patatas fritas / Roasted choicken with french fries</p> <p>Postre lácteo de soja y pan / Soy dairy dessert and bread</p>	<p>18 Macarrones con salsa de tomate / Pasta with tomato sauce</p> <p>Bacalao al horno con pisto / Baked cod with vegetables in tomato sauce.</p> <p>Naranja y pan / Orange, and bread.</p>
<p>21 Paella marinera con calamares, chipirones y gambas / Rice with squids and prawns.</p> <p>Tortilla con ensalada de espinacas / Omelette with spinach salad.</p> <p>Manzana, leche de soja y pan / Apple, soy milk and bread.</p>	<p>22 Judías blancas con chorizo / Beans stew with sausage</p> <p>Emperador a la plancha con salsa de ajo y perejil / Grilled swordfish with garlic and parsley</p> <p>Postre lácteo de soja y pan / Soy dairy dessert and bread</p>	<p>23 Crema de calabacín con picatostes / Cream of zucchini with croutons.</p> <p>Filete de ternera con patatas panaderas, cebolla y pimiento verde / Grilled veal steak with baked potatoes with onion and green peppers</p> <p>Plátano, leche de soja y pan / Banana, aoy milk and bread.</p>	<p>24 Pasta con chorizo, tomate / Pasta with sausage, tomato sauce</p> <p>Mero con calabacín a la plancha / Mere with grilled zucchini.</p> <p>Postre lácteo de soja y pan / Soy dairy dessert and bread</p>	<p>25 Lentejas guisadas con verduras / Lentil stew with vegetables</p> <p>Croquetas de jamón sin leche con ensalada de tomate y pepino / Croquettes without milk tomato and cucumber salad</p> <p>Mandarina y pan / Mandarin and bread.</p>
<p>28 Patatas guisadas con sepia / Potatoes stew with cuttlefish.</p> <p>Filete de pollo con pimientos verdes / Grilled chicken with green peppers</p> <p>Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread.</p>	<p>29 Macarrones boloñesa / Pasta with meat tomato sauce</p> <p>Salmón a la plancha con brócoli / Grilled salmon with broccoli</p> <p>Postre lácteo de soja y pan / Soy dairy dessert and bread</p>	<p>30 Guisantes rehogados con jamón / Peas sauteed with ham</p> <p>Lasaña de ternera sin leche/ Meat lasagna without milk</p> <p>Fresas con zumo de naranja y pan / Strawberries with orange juice and bread</p>	<p>31 Sopa de arroz y pollo / Rice soup with chicken</p> <p>Merluza con tomates al horno / Hake with baked tomatoes</p> <p>Postre lácteo de soja y pan / Soy dairy dessert 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 alérgicos e intolerancias. Soliciten información en enfermería.