



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2

February



Be healthy, live healthy

				<p>1 Trucha rellena de bacon con patatas panaderas / Stuffed trout with bacon and baked potatoes</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>
<p>4 Coliflor rehogada / Cauliflower sauteed</p> <p>Tortilla de queso / Cheese Omelette</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p>5 Canelones de atún con ensalada / Tuna cannelloni with salad</p> <p>Fruta,leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>6 Ternera con menestra y patatas dado / Veal with vegetable stew and potatoes</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p>7 Crema de champiñones / Cream of mushrooms</p> <p>Sepia a la plancha / Grilled sepia</p> <p>Fruta,leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>8 Sopa de verduras / Vegetables soup</p> <p>Salchichas de pavo / Turkey sausages</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>
<p>11 Crema de verduras / Cream of vegetables</p> <p>Atún con cebolla / Tuna with onion</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p>18 Lombarda con piñones, pasas y manzana / Red cabbage with pine nuts, raisins and apple</p> <p>Alitas de pollo / Drumsticks chicken</p> <p>Fruta,leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>19 Parrillas de verduras / Grilled vegetables</p> <p>San jacobó casero / Homemade breaded cheese and ham</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p>20 Sopa de pescado y arroz / Soup of rice and fish</p> <p>Redondo de ternera en salsa / Veal in sauce</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>21 Brocoli salteado / Broccoli sauteed</p> <p>Filete de pavo a la plancha / Grilled turkey fillet</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>
<p>18 Filete de ternera con pure de patata / Grilled veal steak with potatoe puree</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p>19 Bacaladitos rebozados y espárragos con mayonesa / Breaded fish and asparagus with mayo</p> <p>Fruta ,leche y pan / Fruit , milk and bread</p>	<p>20 Arroz tres delicias / Chinese style rice</p> <p>Chuletas de sajonia / Saxony chops</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p>21 Judías verdes rehogadas con patata / Green beans sauteed with boiled potatoe</p> <p>Salmon al horno / Baked salmon</p> <p>Fruta,leche y pan / Fruit , milk and bread</p>	<p>22 Crema de calabacin / Cream of zucchini</p> <p>Magro con tomate / Lean in tomato sauce</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>
<p>25 Ensalada de pimientos rojos / Red pepper salad</p> <p>Hamburguesa de ternera / Burger</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p>26 Sopa / Soup</p> <p>Pollo en salsa / chicken in sauce</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>27 Espárragos verdes a la plancha / Grilled green asparagus</p> <p>Lenguado a la plancha / Grilled fish</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p>28 Ensalada completa de espinacas / Full spinach salad</p> <p>Croquetas y empanadillas caseras / Homemade croquettes and tuna pasty</p> <p>Fruta y pan / Fruit 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.

Sugerencia CENAS