

MENÚ COMIDAS

Alérgicos a la lactosa y proteínas de la leche

3

March



Enjoy your



meal

	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 NO LECTIVO
4 NO LECTIVO	5 Macarrones boloñesa / Pasta with bolognesa sauce. Emperador a la plancha con salsa ajo perejil / Grilled swordfish Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread	6 Lentejas con verduras / Lentil stew with vegetables. Filete de cerdo a la plancha / Grilled pork fillet Naranja y pan / Orange and bread.	7 Sopa de lluvia / Soup. Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread	8 Crema de verduras con picatostes / Cream of vegetables with bread.3 Lasaña de carne sin leche / Meat lasagna without milk Manzana roja , leche de soja y pan / Apple, soy milk and bread.
11 Guisantes con jamón / Peas with ham Albóndigas de pollo con arroz / Meatballs with rice. Fresas , leche de soja y pan / Strawberry, soy milk and bread.	12 Crema de calabacín / Cream of vegetables Merluza a la romana con ensalada / Breaded hake with baked tomatoes. Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread	13 Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed Filete de ternera con patatas fritas / Grilled veal steak with french fries Manzana verde, leche de soja y pan / Apple, soy milk and bread.	14 Cocido completo (sopa, garbanzos, zanahoria, patata, repollo, chorizo, ternera, jamón y pollo) / Complete cocido (Broth, chickpeas, carrot, potatoe, cabbage, sausage, veal, ham and chicken) Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread	15 Pasta con salsa bolóñesa / Pasta with bolognesa sauce. Salmón a la plancha / Grilled salmon. Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread.
18 Crema de acelgas con zanahoria / Cream of chard and carrot Hamburguesa de pollo con patatas fritas / Chicken burger with french fries. Naranja y pan / Orange and bread.	19 Judías blancas con chorizo / Beans stew with sausage. Emperador a la plancha con salsa ajo perejil / Grilled swordfish. Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread	20 Sopa de ave / Soup . Filete de ternera con ensalada / Grilled veal steak with salad Fresas, leche de soja y pan / Strawberry, soy milk and bread.	21 Crema de calabaza o Pisto / Cream of pumpkin or vegetables in tomato sauce Croquetas caseras sin leche / Croquettes without milk Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread	22 Arroz con salchichas y salsa de tomate y salchichas / Rice with sausage and tomato sauce Tortilla de patata / Omelette. Macedonia de fruta , leche de soja y pan / Natural fruit salad , soy milk and bread.
25 Patatas con carne / Potatoes stew with meat Empanadillas de atún / Tuna Pasty Manzana roja , pan y leche de soja / Red apple, bread and soy milk.	26 Lentejas con verduras / Lentil stew with vegetables. Brocheta de pollo / Chicken Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread	27 Pasta con chorizo y salsa de tomate / Pasta with sausage and tomato sauce Ternera en salsa con verduras / Veal in sauce with vegetables Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread.	28 Crema de verduras / Vegetables sauteed Filete de cerdo a la plancha / Grilled pork fillet Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread	29 Judías pintas con arroz / Pinto beans stew with rice Merluza a la plancha / Grilled hake. Naranja y pan / Orange 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 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 alergias e intolerancias. Solicita información en enfermería.