



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

5

May



Be healthy, live healthy

Sugerencia CENAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 <b>FESTIVO</b>	2 <b>FESTIVO</b>	3 <b>FESTIVO</b>
6 Brocoli rehogado / Sauteed broccoli  Mero a la romana / Breaded mere  Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread	7 Berenjenas rellenas de carne y verduras / Stuffed eggplant with meat and vegetables  Fruta,leche y pan / Fruit, milk and bread	8 Espárragos con mayonesa / Asparagus with mayo  Chuleta de Sajonia / Saxony chop  Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread	9 Crema de calabacin / Cream of zucchini  Lubina al horno / Baked fish  Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread	10 Sopa / Broth  Alitas de pollo / Chicken wings  Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread
13 Coliflor rehogada / Cauliflower sauteed  Bacaladitos rebozados / Breaded fish  Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread	14 Tortilla de patata con pisto y pimientos verdes / Potato omelette with vegetables in tomato sauce and green peppers  Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread	15 <b>FESTIVO</b>	16 /Espárragos verdes a la plancha / Grilled green asparagus  Huevos rellenos / Stuffed eggs  Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread	17 Crema de puerros / Cream of leeks  Gallo a la plancha / Grilled fish  Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread
20 Lombarda con manzana, piñones y pasas / Red cabbage with apple pine nuts and raisins  Sepia a la plancha / Grilled cuttlefish  Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread	21 Crema de calabaza / Cream of pumpkin  Chuletas de pavo / Turkey chops  Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread	22 Lasaña de verduras / Vegetables lasagna  Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread	23 Magro en salsa con patatas panaderas/ Lean in sauce with baked potatoes  Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread	24 Sopa / Broth  Lenguado a la plancha / Grilled sole  Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread
27 Empanadillas caseras de atún con ensalada completa de espinacas / Homemade tuna pasty with full spinach salad  Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread	28 Crema de verduras / Cream of vegetables  Salchichas de pavo / Turkey sausage  Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread	29 Alcachofas con jamón / Artichokes with ham  Salmón al horno / Baked salmon  Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread	30 Hamburguesa de ternera con patatas fritas y ensalada de tomate / Burger with french fries and tomato salad  Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread	31 Parillada de verduras / Grilled vegetables  Dorada a la sal / Baked fish  Postre lácteo y pan / Dairy dessert 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.