



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

09

September



Be healthy, live healthy

Sugerencia CENAS

			<p><b>5</b> Brocoli con patata / Broccoli with potatoe Chuletas de sajonia / Saxony chops Fruta,leche y pan</p>	<p><b>6</b> Lombarda con piñones y pasas / red cabbage with pine nuts and raisins Huevos rellenos / Stuffed eggs Postre lácteo y pan / dairy dessert and bread</p>
<p><b>9</b> Dorada al horno con patatas panaderas / Baked fish with potatoes Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p><b>10</b> Crema de puerros / Cream of leeks Filete de ternera a la plancha / Grilled veal steak Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>11</b> Judías verdes estofadas / Green beans stew Magro en salsa / Lean in sauce Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p><b>12</b> Espárragos con mayonesa / Asparagus with mayo Sepia a la plancha / Grilled sepia Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>13</b> Ensalada de arroz / Rice salad Salchichas de pavo / Turkey sausages Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>
<p><b>16</b> Ensalada completa de espinacas / Full spinach salad Calamares a la romana / Breaded squids Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p><b>17</b> Crema de verduras / Cream of Vegetables Empanada de carne / Meat pasty Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>18</b> Sopa / Soup Gallo a la plancha / Grilled fish Postre lácteo y pan / dairy dessert and bread</p>	<p><b>19</b> Espárragos verdes a la plancha / Grilled green asparagus San jacobó casero / Mohemaded breaded cheese and ham Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>20</b> Tortilla de patata con pisto y pimientos verdes / Potatoe omelette with vegetanles in tomato sauce and green peppers Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>
<p><b>23</b> Tomates al horno con atún a la plancha / Baked tomatoes with grilled tuna Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p><b>24</b> Berenjenas rellenas con verduras y queso / Stuffed eggplants with vegetables and cheese Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>25</b> Coliflor con bechamel / Cauliflower with sauce Mero a la plancha / Grilled mere Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p><b>26</b> Verduras al horno / Baked vegetables Lacón a la plancha con patata / Grilled ham with potato Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>27</b> Revuelto de champiñones / Scrambled eggs with mushrooms Solomillos de pollo a la plancha / Grilled chicken Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>
<p><b>30</b> Puré de verduras / Vegetables puree Filete de ternera a la plancha / Grilled veal steak Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<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.</p>			