

MENÚ de COMEDOR



January

Bon
appetit!



Alérgenos que pueden
contener los alimentos:
1. Cereales que contengan
gluten
2. Crustáceos o productos
a base de crustáceos
3. Huevos y productos a
base de huevo
4. Pescado y productos a
base de pescado
5. Cacahuetses y productos
a base de cacahuetses
6. Soja y productos a base
de soja
7. Leche y sus derivados (incluida lactosa)
8. Frutos de cáscara
9. Apio y productos
derivados.
10. Mostaza y productos
derivados
11. Granos de sésamo y
productos a base de
granos de sésamo-
12. Dióxido de azufre y
sulfitos
13. Altramuces y
productos a base de
altramuces
14. Moluscos y productos a
base de moluscos.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6 VACACIONES	7 VACACIONES	8 Arroz con tomate / Rice with tomato sauce Filete de ternera con ensalada / Grilled veal steak with salad Manzana, leche y pan / Apple, milk and bread 1,7	9 Lentejas con verduras / Lentil stew with vegetables Pincho moruno / Marinated pork Yogur natural o fruta y pan / Natural yogurt or fruit and bread 1,7	10 Pasta boloñesa con queso / Bolognese pasta with cheese 1,3,7 Salmón a la plancha / Grilled salmon 4 Naranja y pan / Orange and bread 1
13 Crema de espinacas con picatostes / Cream of spinach with croutons .1 Cinta de lomo con pisto/ Grilled pork with vegetables in tomato sauce Mandarina y pan / Mandarin and bread 1	14 Guisantes con jamón / Peas sauteed with ham Pollo asado con patatas / Roasted chicken with french fries Yogur de macedonia o fruta y pan / Fruit salad yogurt or fruit and bread 1,7	15 Espaguetis carbonara / Pasta with carbonara sauce 1,3,7 Rape al horno con calabacín a la plancha / Baked fish with grilled zucchini 4 Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread 1,7	16 Sopa de picadillo / Soup with boiled egg and ham 1,3 Lasaña de carne / Meat lasagna.1,3,7 Yogur de limón o fruta y pan / Lemon yogurt or fruit with bread 1,7	17 Judías blancas con chorizo / Beans stew with sausage Merluza a la plancha con ensalada / Grilled hake with salad 4 Macedonia natural de frutas, leche y pan / Natural fruit salad, milk and bread 1,7
20 Paella de marisco / Rice with seafood 2,4,14 Tortilla con pimientos verdes/ omelette with green peppers 3 Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread 1,7	21 Crema de calabacín / Cream of zucchini Bacalao al horno con patatas panaderas / Codfish with baked potatoes. 4 Yogur natural o fruta y pan / Natural yogurt or fruit and bread 1,7	22 Cocido completo (sopa, garbanzos, patata, zanahoria, repollo, chorizo, jamón, pollo y ternera) / Complete cocido (broth, chickpeas, potatoes,carrots, cabnagge, sausage, ham, chicken and veal) 1,3 Naranja y pan / Orange and bread 1	23 Macarrones con chorizo / Pasta with sausage and tomato sauce 1,3 Gallo San Pedro a la plancha con brócoli / Grilled fish with broccoli 4 Petit suisse o fruta y pan / Yogurt or fruit and bread 1,7	24 Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed Filete de pollo a la plancha con patatas / Grilled chicken with potatoes Manzana, leche y pan / Apple, milk and bread 1,7
27 Patatas con carne / Potatoes stew with meat Cabracho a la plancha con tomates al horno / Grilled fish with baked tomatoes.4 Macedonia de frutas natural, leche y pan / Natural fruit salad, milk and bread 1,7	28 Menestra de verduras / Sauteed vegetables Croquetas caseras con ensalada/ Homemade croquettes with salad 1,3,7 Yogur de fresa o fruta y pan / Strawberry yogurt or fruit and bread 1,7	29 Judías pintas con arroz / Pinto beans stew with rice Filete de pavo a la plancha con ensalada / Grilled turkey with salad Mandarina y pan / Mandarin and bread 1	30 Crema de verduras / Cream of vegetables Merluza a la romana con ensalada / Breaded fish 1,3,4 Yogur de macedonia o fruta y pan / Fruit salad yogurt or fruit and bread 1,7	31 Sopa de cocido / Broth 1,3 Albóndigas de ternera con salsa de tomate y patatas dado / Meatballs with tomato sauce and potatoes.1,6 Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread 1,7

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.