

**Alérgicos a la lactosa y proteínas de la leche**

# MENÚ COMIDAS

**01**  
January

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>VACACIONES</b>	<b>VACACIONES</b>	<p>Arroz con tomate / Rice with tomato sauce</p> <p>Filete de ternera con ensalada / Grilled veal steak with salad</p> <p>Manzana, leche de soja y pan / Apple, soy milk and bread</p>	<p>Lentejas con verduras / Lentil stew with vegetables</p> <p>Pincho moruno / Marinated pork</p> <p>Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread</p>	<p>Pasta boloñesa / Bolognese pasta</p> <p>Salmón a la plancha / Grilled salmon</p> <p>Naranja y pan / Orange and bread</p>
<p><b>13</b></p> <p>Crema de espinacas con picatostes / Cream of spinach with croutons .</p> <p>Cinta de lomo con pisto/ Grilled pork with vegetables in tomato sauce</p> <p>Mandarina y pan / Mandarin and bread</p>	<p><b>14</b></p> <p>Guisantes con jamón / Peas sauteed with ham</p> <p>Pollo asado con patatas / Roasted chicken with french fries</p> <p>Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread</p>	<p><b>15</b></p> <p>Espaguetis boloñesa / Pasta with bolognese sauce</p> <p>Rape al horno con calabacín a la planchas / Baked fish with grilled zucchini</p> <p>Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread</p>	<p><b>16</b></p> <p>Sopa de picadillo / Soup with boiled egg and ham</p> <p>Lasaña de carne sin leche / Meat lasagna without milk</p> <p>Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread</p>	<p><b>17</b></p> <p>Judías blancas con chorizo / Beans stew with sausage</p> <p>Merluza a la plancha con ensalada / Grilled hake with salad</p> <p>Macedonia natural de frutas, leche de soja y pan / Natural fruit salad, soy milk and bread</p>
<p><b>20</b></p> <p>Paella de marisco / Rice with seafood</p> <p>Tortilla con pimientos verdes/ omelette with green peppers</p> <p>Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread</p>	<p><b>21</b></p> <p>Crema de calabacín / Cream of zucchini</p> <p>Bacalao al horno con patatas panaderas / Codfish with baked potatoes.</p> <p>Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread</p>	<p><b>22</b></p> <p>Cocido completo (sopa, garbanzos, patata, zanahoria, repollo, chorizo, jamón, pollo y ternera) / Complete cocido ( broth, chickpeas, potatoes, carrots, cabnagge, sausage, ham, chicken and veal)</p> <p>Naranja y pan / Orange and bread</p>	<p><b>23</b></p> <p>Macarrones con chorizo / Pasta with sausage and tomato sauce</p> <p>Gallo San Pedro a la plancha con brócoli / Grilled fish with broccoli</p> <p>Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread</p>	<p><b>24</b></p> <p>Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed</p> <p>Filete de pollo a la plancha con patatas / Grilled chicken with potatoes</p> <p>Manzana, leche de soja y pan / Apple, soy milk and bread</p>
<p><b>27</b></p> <p>Patatas con carne / Potatoes stew with meat</p> <p>Cabracho a la plancha con tomates al horno / Grilled fish with baked tomatoes</p> <p>Macedonia natural de frutas, leche de soja y pan / Natural fruit salad, soy milk and bread</p>	<p><b>28</b></p> <p>Menestra de verduras / Sauteed vegetables</p> <p>Croquetas caseras sin leche con ensalada/ Homemade croquettes without milk and with salad</p> <p>Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread</p>	<p><b>29</b></p> <p>Judías pintas con arroz / Pinto beans stew with rice</p> <p>Filete de pavo a la plancha con ensalada / Grilled turkey with salad</p> <p>Mandarina y pan / Mandarin and bread</p>	<p><b>30</b></p> <p>Crema de verduras / Cream of vegetables</p> <p>Merluza a la romana con ensalada / Breaded fish</p> <p>Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread</p>	<p><b>31</b></p> <p>Sopa de cocido / Broth</p> <p>Albóndigas de ternera con salsa de tomate y patatas dado / Meatballs with tomato sauce and potatoes.</p> <p>Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread</p>



Enjoy your



meal

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 alérgicos e intolerancias. Soliciten información en enfermería.