



DESAYUNOS

03

March

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

Leche con nesquik y zumo con galletas variadas / Chocolate milk, juice and biscuits 1,3,6,7,11*	Leche con nesquik y zumo con cereales / Chocolate milk, juice and cereal 1,6,7*	Leche con nesquik y zumo con tostadas, mantequilla y mermelada o aceite / Chocolate milk, juice, toast with butter and jam or olive oil 3,6,7,8,11*	Leche con nesquik y zumo con pan de leche con embutido / Chocolate milk, juice and bread with salami 1,3,6,7*	Leche con nesquik y zumo con galletas variadas / Chocolate milk, juice and cookies 1,3,6,7,11*
--	--	--	--	---

Para los niños que presentan intolerancia al gluten: pastas Guillón sin gluten, magdalenas brioches sin gluten, galletas sin gluten, y cereales recubiertos de chocolate sin gluten.

Sugerencia DESAYUNOS



LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

a.m

Leche, zumo y cereales / Milk, juice and cereal	Leche, pieza de fruta y galletas / Milk, fruit and cookies	Leche, zumo y tostadas con mantequilla y mermelada / Milk, juice, and toast with butter and jam	Leche, pieza de fruta y magdalenas / Milk, fruit and muffins	Leche, zumo y pan de leche con jamón / Milk, juice and bread with ham
---	--	---	--	---

Start strong

Sugerencia MERIENDAS

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

Zumo, sandwich de pavo y pieza de fruta / Juice, turkey sandwich and fruit	Leche, montado de jamón york y pieza de fruta / milk, ham finger sandwich and fruit	Zumo, sandwich de chorizo y pieza de fruta / Juice, chorizo sandwich and fruit	Leche, montado de queso y pieza de fruta / milk, cheese finger sandwich and fruit	Batido, sandwich de salchichón y pieza de fruta / Milkshake, sausage sandwich and fruit
--	---	--	---	---



p.m



MENÚ de COMEDOR



March
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. Cacahuètes y productos
a base de cacahuètes
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

2

NO LECTIVO

MARTES

3

Paella de marisco / Rice with seafood.2,14

Hamburguesa de pollo / Burger chicken

Yogur de limón ,frutay pan / Lemon yogurt , fruit and bread.1,7

MIÉRCOLES

4

Judías blancas con verduras /Beans stew with vegetables

Lacón a la gallega / Pork

Naranja y pan / Orange and bread.1

JUEVES

5

Sopa de cocido o sopa castellana / Broth or spanish broth 1,3

Ternera en salsa con verduras y patatas / veal in sauce withvegetables and potatoes.

Yogur natural, fruta y pan / Natural yogurt, fruit and bread.1,7

VIERNES

6

Crema de verduras con picatostes /Cream of vegetables with croutons.1

Merluza a la romana con guarnición de tomates al horno o ensalada de tomate Baked fish with baked tomatoes or tomato salad.1,3,4,12.

Manzana ,leche y pan / Apple, milk and bread.1,7

9

Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed

Filete de lomo fresco a la plancha con pimientos verdes/ Grilled pork with green peppers

Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.1,7

10

Crema de calabacín / Cream of zucchini

Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries

Petit suisse ,frutay pan / Yogurt, fruit and bread.1,7

11

Macarrones con chorizo y salsa de tomate / Pasta with chorizo and tomato sauce.1,3

Bacalao al horno con calabacín a la plancha / Baked cod with grilled zucchini.,4

Macedonia de frutas, leche y pan / Fruit salad, milk and bread.1,7

12

Cocido completo(Sopa,garbanzo, repollo,patata,zanahoria, pollo,chorizo,jamón ternera)/Broth,chickpeas,cabbagepotato,c arrot,chicken,chorizo,ham and veal).1,3

Yogur de fresa ,fruta y pan / Strawberry yogurt, fruit and bread.1,7

13

Arroz con tomate / White rice with tomato sauce

Salmón a la plancha con brócoli / Grilled salmon with broccoli.4

Piña natural, leche y pan / Pineapple, milk and bread.1,7

16

Crema de acelgas y zanahorias o acelgas rehogadas / Cream of chards and carrots or chards sauteed

Croquetas caseras de jamón / Homemade ham croquettes1,3,7

Fresas, leche y pan / Strawberries, milk and bread.1,7

17

Patatas guisadas con carne / Potatoes stew with meat

Cabracho al horno con champiñones / Baked fish with mushrooms.4

Yogur de macedonia,fruta y pan / Fruit salad yogurt, fruit and bread.1,7

18

Sopa de cocido / Broth.1,3

Lasaña de carne / Meat lasagna.1,3,7

Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.1,7

19

Judías pintas con arroz /Pinto beans stew with rice.

Filete de pollo a la plancha con ensalada / Grilled chicken with salad.12

Yogur natural, fruta y pan /Natural yogurt, fruit and bread.1,7

20

Pasta con atún / Pasta with tuna.1,3,4

Gallo al horno con verduras / Baked fish with vegetables.4

Naranja y pan / Orange and bread.1

23

Arroz tres delicias / Rice style chinesse.3,

Filete de pavo adobado con ensalada de pimientos rojos / Grilled turkey with red peppers salad.

Macedonia natural, leche y pan /Fruit salad , milk and bread.1,7

24

Guisantes con jamón / Peas with ham

Cinta de lomo con patatas panaderas y pimientos verdes fritos / Grilled pork with baked potatoes and green peppers

Natillas, fruta y pan / Custard, fruit and bread.1,7

25

Pasta carbonara / Pasta with carbonara sauce.1,3,7

Merluza al horno con brócoli / Grilled hake with broccoli.4

Manzana, leche y pan / Fruit, milk and bread.1,7

26

Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables

Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled veal steak with salad.12

Yogur de limón, fruta y pan / Lemon yogurt fruit and bread.1,7

27

Crema de verduras / Cream of vegetables

Salmón a la plancha con tomates al horno o ensalada de tomate / Grilled salmon with baked tomatoes or tomato salad.4,12

Plátano, leche y pan / Fruit, milk and bread.1,7

30

Menestra de verduras o judías verdes / Vegetables sauteed or green beans sauteed

Albóndigas de ternera con salsa de tomate y patatas dado / Meatballs in tomato sauce with cubed potatoes.6

Fresas, leche y pan / Strawberries, milk and bread.1,7

31

Patatas guisadas a la riojana / Potatoes stew with chorizo

Bacalao al horno con champiñones / Baked cod with mushrooms.4

Yogur de macedonia , fruta y pan / Natural yogurt, fruit 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, yogurt, 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.



Enjoy
you



mea

NO LECTIVO	3 Arroz blanco / White rice Filete de pollo a la plancha / Grilled chicken Yogur natural y pan / Natural yoghurt and bread.	4 Patatas hervidas con pollo y aceite de oliva / Boiled potatoes with chicken and olive oil Lacón a la plancha / Grilled ham Fruta y pan / Fruit and bread	5 Sopa / Broth Tortilla francesa / Omelette Yogur natural y pan / Natural yoghurt and bread.	6 Crema de zanahoria / Cream of carrot Pescado a la plancha / Grilled fish Fruta y pan / Fruit and bread	
	9 Patatas hervidas con pollo y aceite de oliva / Boiled potatoes with chicken and olive oil Lacón a la plancha / Grilled ham Fruta y pan / Fruit and bread	10 Crema de calabacín / Cream of zucchini Filete de pollo a la plancha / Grilled chicken Yogur natural y pan / Natural yoghurt and bread.	11 Pasta cocida / Boiled pasta Pescado a la plancha / Grilled fish Fruta y pan / Fruit and bread	12 Sopa / Broth Filete de pollo a la plancha / Grilled chicken Yogur natural y pan / Natural yoghurt and bread.	13 Arroz blanco / White rice Pescado a la plancha / Grilled fish Fruta y pan / Fruit and bread
	16 Crema de zanahorias / Cream of carrots Jamón york / Ham Fruta y pan / Fruit and bread	17 Patatas hervidas con pollo y aceite de oliva / Boiled potatoes with chicken and olive oil Pescado a la plancha / Grilled fish Yogur natural y pan / Natural yoghurt and bread.	18 Sopa / Broth Tortilla francesa / Omelette Fruta y pan / Fruit and bread	19 Arroz blanco / White rice Filete de pollo a la plancha / Grilled chicken Yogur natural y pan / Natural yoghurt and bread.	20 Pasta blanca / Boiled pasta Pescado a la plancha / Grilled fish Fruta y pan / Fruit and bread
	23 Arroz blanco / White rice Filete de pavo a la plancha / Grilled turkey Fruta y pan / Fruit and bread	24 Crema de calabacín / Cream of zucchini Lacón a la plancha / Grilled ham Yogur natural y pan / Natural yoghurt and bread.	25 Pasta cocida / Boiled pasta Pescado a la plancha / Grilled fish Fruta y pan / Fruit and bread	26 Sopa / Broth Tortilla francesa / Omelette Yogur natural y pan / Natural yoghurt and bread.	27 Crema de patata / Cream of potato Pescado a la plancha / Grilled fish Fruta y pan / Fruit and bread
	30 Arroz blanco / White rice Tortilla francesa / Omelette Fruta y pan / Fruit and bread	31 Patatas hervidas con pollo y aceite de oliva / Boiled potatoes with chicken and olive oil Pescado a la plancha / Grilled fish Yogur natural y pan / Natural yoghurt 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 acompañados de ensalada. Información disponible en materia de alergias e intolerancias. Soliciten información en enfermería.		



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

03

March



Be
healthy
live
healthy

2 NO LECTIVO	3 Mero con verduras al horno / Baked mere with vegetables Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread	4 Filete de pavo adobado con puré de patata / Grilled turkey with mashed potatoes Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread	5 Ensaladilla rusa / Vegetables with mayo Sepia a la plancha / Grilled squid Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread	6 Tortilla de calabacín con pisto / Zucchini omelette with vegetables in tomato sauce Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread
9 Sopa de verduras / Soup of vegetables Lenguado a la plancha con ensalada / Grilled fish with salad Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread	10 Berenjenas rellenas de carne y verduras / Stuffed aubergine with meat and vegetables Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread	11 Coliflor gratinada / Grated cauliflower Salchichas de pavo / Turkey sausages Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread	12 Espárragos con mayonesa / Asparagus with mayo Lubina al horno / Baked fish Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread	13 Crema de calabaza / Cream of pumpkin Pincho moruno / Pork skewer Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread
16 Sopa de pescado / Fish soup Tortilla francesa / Omelette Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread	17 Espárragos verdes y tomates a la plancha / Grilled green asparagus and tomatoes Solomillo de pavo al horno / Baked turkey Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread	18 Dorada al horno con patata cocida y ensalada de espinacas / Baked fish with baked potatoes and spinach salad Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread	19 Brocoli rehogado / Broccoli sautéed Filete de ternera a la plancha / Grilled veal steak Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread	20 Magro en salsa y patatas fritas / Pork in sauce with french fries Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread
23 Ensalada de judías verdes con huevo cocido, tomate, atún y queso / Green beans salad with boiled egg, tomato, tuna and cheese Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread	24 Sopa / Soup Rape a la plancha / Grilled fish Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread	25 Crema de puerros / Cream of leeks Hamburguesa de ternera a la plancha / Grilled burger Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread	26 Lombarda con piñones y pasas / Red cabbage with pine nuts and raisins Bacaladitos rebozados / Breaded fish Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread	27 Alitas de pollo con patatas bajo al horno y ensalada / Chicken wings with baked potatoes and salad Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread
30 Lasaña de verduras / Vegetable lasagna Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread	31 Croquetas caseras con ensalada completa de espinacas / Homemade croquettes with spinach salad Fruta, leche y pan / Fruit, milk 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 acompañados de ensalada. Información disponible en materia de alergias e intolerancias. Soliciten información en enfermería.		

Sugerencia CENAS

2
Puré de verduras con ternera /
Vegetable puree with steak

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

3
Puré de verduras con pollo / Vegetable
puree with chicken

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

4
Puré de verduras con pescado /
Vegetable puree with fish.4

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

5
Puré de verduras con ternera /
Vegetable puree with steak

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

6
Puré de verduras con pescado /
Vegetable puree with fish.4

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

9
Puré de verduras con ternera /
Vegetable puree with steak

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

10
Puré de verduras con pollo /
Vegetable puree with chicken

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

11
Puré de verduras con pescado /
Vegetable puree with fish.4

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

12
Puré de verduras con ternera /
Vegetable puree with steak

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

13
Puré de verduras con pescado /
Vegetable puree with fish.4

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

16
Puré de verduras con pollo /
Vegetable puree with chicken

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

17
Puré de verduras con pescado /
Vegetable puree with fish.4

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

18
Puré de verduras con ternera /
Vegetable puree with steak

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

19
Puré de verduras con pollo / Vegetable
puree with chicken

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

20
Puré de verduras con pescado /
Vegetable puree with fish.4

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

23
Puré de verduras con pollo /
Vegetable puree with chicken

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

24
Puré de verduras con ternera /
Vegetable puree with steak

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

25
Puré de verduras con pescado /
Vegetable puree with fish.4

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

26
Puré de verduras con ternera /
Vegetable puree with steak

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

27
Puré de verduras con pescado /
Vegetable puree with fish.4

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

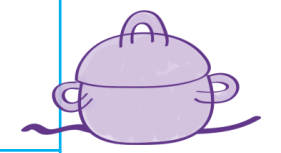
30
Puré de verduras con ternera /
Vegetable puree with steak

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

31
Puré de verduras con pescado /
Vegetable puree with fish.4

Yogur y pan / Yoghurt, 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.



- 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. Cacahuets y productos a base de cacahuets
 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.

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. Cacahuets y productos a base de cacahuets
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
2 Puré de frutas variadas / Fruit puree Quesitos con pan tostado / Cheese .1,3,7,8,11 Fruta del tiempo / Fruit	3 Puré de frutas variadas / Fruit puree Pan de leche con paté / Sweet bread with pate.1,3,7 Fruta del tiempo / Fruit	4 Puré de frutas variadas / Fruit puree Montado de chorizo / Chorizo finger sandwich.1,7,6 Yogur bebido / Liquid yogurt.7	5 Puré de frutas variadas / Fruit puree Sandwich de jamón york / Ham sandwich.1,6,11 Fruta del tiempo / Fruit	6 Puré de frutas variadas / Fruit puree Montado de salchichón / Sausage finger sandwich. 1,6,7 Zumo de frutas / Juice
9 Puré de frutas variadas / Fruit puree Montado de pavo / Turkey finger sandwich.1,7 Natillas / Pudding.7	10 Puré de frutas variadas / Fruit puree Pan de leche con queso de untar / Sweet bread with spreadable cheese.1,3,7 Fruta del tiempo / Fruit	11 Puré de frutas variadas / Fruit puree Montado de mortadela /Mortadella finger sandwich.1,6,7 Petit suise / Yogurt.7	12 Puré de frutas variadas / Fruit puree Montado de cuña de queso / Cheese finger sandwich.1,7 Fruta del tiempo / Fruit	13 Puré de frutas variadas / Fruit puree Sandwich de nocilla / Hazelnut and chocolate sandwich.1,6,7,8,11 Leche / Milk.7
16 Puré de frutas variadas / Fruit puree Quesitos con pan tostado / Cheese .1,3,7,8,11 Fruta del tiempo / Fruit	17 Puré de frutas variadas / Fruit puree Pan de leche con paté / Sweet bread with pate.1,3,7 Fruta del tiempo / Fruit	18 Puré de frutas variadas / Fruit puree Montado de chorizo / Chorizo finger sandwich.1,7,6 Yogur bebido / Liquid yogurt.7	19 Puré de frutas variadas / Fruit puree Sandwich de jamón york / Ham sandwich.1,6,11 Fruta del tiempo / Fruit	20 Puré de frutas variadas / Fruit puree Montado de salchichón / Sausage finger sandwich. 1,6,7 Zumo de frutas / Juice
23 Puré de frutas variadas / Fruit puree Montado de pavo / Turkey finger sandwich.1,7 Natillas / Pudding.7	24 Puré de frutas variadas / Fruit puree Pan de leche con queso de untar / Sweet bread with spreadable cheese.1,3,7 Fruta del tiempo / Fruit	25 Puré de frutas variadas / Fruit puree Montado de mortadela /Mortadella finger sandwich.1,6,7 Petit suise / Yogurt.7	26 Puré de frutas variadas / Fruit puree Montado de cuña de queso / Cheese finger sandwich.1,7 Fruta del tiempo / Fruit	27 Puré de frutas variadas / Fruit puree Sandwich de nocilla / Hazelnut and chocolate sandwich.1,6,7,8,11 Leche / Milk.7
30 Puré de frutas variadas / Fruit puree Quesitos con pan tostado / Cheese .1,3,7,8,11 Fruta del tiempo / Fruit	31 Puré de frutas variadas / Fruit puree Pan de leche con paté / Sweet bread with pate.1,3,7 Fruta del tiempo / Fruit	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, merlu... 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.		

MENÚ COMIDAS

03

March



Enjoy your



meal

Alérgicos a la lactosa y proteínas de la leche

VIERNES		MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 NO LECTIVO		3 Paella de marisco / Rice with seafood. Hamburguesa de pollo / Burger chicken Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread	4 Judías blancas con verduras /Beans stew with vegetables Lacón a la gallega / Pork Naranja y pan / Orange and bread.1	5 Sopa de cocido o sopa castellana / Broth or spanish broth Ternera en salsa con verduras y patatas / veal in sauce withvegetables and potatoes. Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread	6 Crema de verduras con picatostes /Cream of vegetables with croutons. Merluza a la romana con guarnición de tomates al horno o ensalada de tomate Baked fish with baked tomatoes or tomato salad. Manzana leche de soja y pan / Apple, soy milk and bread.
9 Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed Filete de lomo fresco a la plancha con pimientos verdes/ Grilled pork with green peppers Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread	10 Crema de calabacin / Cream of zucchini 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	11 Macarrones con chorizo y salsa de tomate / Pasta with chorizo and tomato sauce. Bacalao al horno con calabacin a la plancha / Baked cod with grilled zucchini., Macedonia de frutas, leche de soja y pan / Fruit salad, soy milk and bread.	12 Cocido completo(Sopa,garbanzo, repollo,patata,zanahoria, pollo,chorizo,jamón ternera)/Broth,chickpeas,cabbagepotato,carrot,chicken,chorizo,ham and veal).1,3 Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread	13 Arroz con tomate / White rice with tomato sauce Salmón a la plancha con brócoli / Grilled salmon with broccoli. Piña , leche de soja y pan / Pineapple, soy milk and bread.	
16 Crema de acelgas y zanahorias o acelgas rehogadas / Cream of chards and carrots or chards sauteed Croquetas caseras de jamón sin leche / Homemade ham croquettes without milk Fresas, leche de soja y pan / Strawberries, soy milk and bread.	17 Patatas guisadas con carne / Potatoes stew with meat Cabracho al horno con champiñones / Baked fish with mushrooms. Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread	18 Sopa de cocido / Broth. Lasaña de carne sin leche / Meat lasagna without milk Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread	19 Judías pintas con arroz /Pinto beans stew with rice Filete de pollo a la plancha con ensalada / Grilled chicken with salad Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread	20 Pasta con atún / Pasta with tuna. Gallo al horno con verduras / Baked fish with vegetables. Naranja y pan / Orange and bread.	
23 Arroz tres delicias / Rice style chinesse. Filete de pavo adobado con ensalada de pimientos rojos / Grilled turkey with red peppers salad Macedonia de frutas, leche de soja y pan / Fruit salad, soy milk and bread.	24 Guisantes con jamón / Peas with ham Cinta de lomo con patatas panaderas y pimientos verdes fritos / Grilled pork with baked potatoes and green peppers Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread	25 Pasta con salsa de tomate / Pasta with tomatoe sauce. Merluza al horno con brócoli / Grilled hake with broccoli Manzana leche de soja y pan / Apple, soy milk and bread.	26 Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled veal steak with salad Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread	27 Crema de verduras / Cream of vegetables Salmón a la plancha con tomates al horno o ensalada de tomate / Grilled salmon with baked tomatoes or tomato salad. Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread	
30 Menestra de verduras o judías verdes / Vegetables sauteed or green beans sauteed Albóndigas de ternera con salsa de tomate y patatas dado / Meatballs in tomato sauce with cubed potatoes. Fresas, leche de soja y pan / Strawberries, soy milk and bread	31 Patatas guisadas a la riojana / Potatoes stew with chorizo Bacalao al horno con champiñones / Baked cod with mushrooms. Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit 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 alergias e intolerancias. Soliciten información en enfermería.			

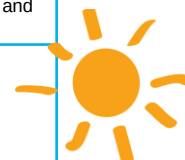


Alérgicos a moluscos y marisco

MENÚ COMIDAS

03

March



Enjoy your



meal

2	3	4	5	6
NO LECTIVO	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	
	3 Paella valenciana / Valencian style rice Hamburguesa de pollo / Burger chicken Yogur de limón ,frutay pan / Lemon yogurt , fruit and bread.	4 Judías blancas con verduras /Beans stew with vegetables Lacón a la gallega / Pork Naranja y pan / Orange and bread.	5 Sopa de cocido o sopa castellana / Broth or spanish broth Ternera en salsa con verduras y patatas / veal in sauce withvegetables and potatoes. Yogur natural, fruta y pan / Natural yogurt, fruit and bread.	6 Crema de verduras con picatostes /Cream of vegetables with croutons. Merluza a la romana con guarnición de tomates al horno o ensalada de tomate Baked fish with baked tomatoes or tomato salad. Manzana leche y pan / Apple, milk and bread.
9 Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed Filete de lomo fresco a la plancha con pimientos verdes/ Grilled pork with green peppers Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread	10 Crema de calabacín / Cream of zucchini Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries Petit suisse ,fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.1	11 Macarrones con chorizo y salsa de tomate / Pasta with chorizo and tomato sauce. Bacalao al horno con calabacín a la plancha / Baked cod with grilled zucchini., Macedonia de frutas, leche y pan / Fruit salad, milk and bread.	12 Cocido completo(Sopa,garbanzo, repollo,patata,zanahoria, pollo,chorizo,jamón ternera)/Broth,chickpeas,cabbagepotato,carrot,chicken,chorizo,ham and veal). Yogur de fresa ,fruta y pan / Strawberry yogurt, fruit and bread.	13 Arroz con tomate / White rice with tomato sauce Salmón a la plancha con brócoli / Grilled salmon with broccoli. Piña natural, leche y pan / Pineapple, milk and bread.
16 Crema de acelgas y zanahorias o acelgas rehogadas / Cream of chards and carrots or chards sauteed Croquetas caseras de jamón / Homemade ham croquettes Fresas, leche y pan / Strawberries, milk and bread.	17 Patatas guisadas con carne / Potatoes stew with meat Cabracho al horno con champiñones / Baked fish with mushrooms. Yogur de macedonia,fruta y pan / Fruit salad yogurt, fruit and bread.	18 Sopa de cocido / Broth. Lasaña de carne / Meat lasagna. Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.	19 Judías pintas con arroz /Pinto beans stew with rice Filete de pollo a la plancha con ensalada / Grilled chicken with salad Yogur natural, fruta y pan /Natural yogurt, fruit and bread.	20 Pasta con atún / Pasta with tuna. Gallo al horno con verduras / Baked fish with vegetables. Naranja y pan / Orange and bread.
23 Arroz tres delicias / Rice style chineesse. Filete de pavo adobado con ensalada de pimientos rojos / Grilled turkey with red peppers salad Macedonia natural, leche y pan /Fruit salad , milk and bread.	24 Guisantes con jamón / Peas with ham Cinta de lomo con patatas panaderas y pimientos verdes fritos / Grilled pork with baked potatoes and green peppers Natillas, fruta y pan / Custard, fruit and bread.	25 Pasta carbonara / Pasta with carbonara sauce. Merluza al horno con brócoli / Grilled hake with broccoli Manzana, leche y pan / Fruit, milk and bread.	26 Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled veal steak with salad Yogur de limón, fruta y pan / Lemon yogurt fruit and bread.	27 Crema de verduras / Cream of vegetables Salmón a la plancha con tomates al horno o ensalada de tomate / Grilled salmon with baked tomatoes or tomato salad. Plátano, leche y pan / Fruit, milk and bread.
30 Menestra de verduras o judías verdes / Vegetables sauteed or green beans sauteed Albóndigas de ternera con salsa de tomate y patatas dado / Meatballs in tomato sauce with cubed potatoes. Fresas, leche y pan / Strawberries, milk and bread.	31 Patatas guisadas a la riojana / Potatoes stew with chorizo Bacalao al horno con champiñones / Baked cod with mushrooms. Yogur de macedonia , fruta y pan / Natural yogurt, fruit 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 ºC, 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.		



Enjoy
your



meal

NO LECTIVO	3 Paella de marisco / Rice with seafood. Hamburguesa de pollo / Burger chicken Yogur de limón ,frutay pan / Lemon yogurt , fruit and bread.	4 Judías blancas con verduras /Beans stew with vegetables Lacón a la gallega / Pork Naranja y pan / Orange and bread.	5 Sopa de cocido o sopa castellana / Broth or spanish broth Ternera en salsa con verduras y patatas / veal in sauce withvegetables and potatoes. Yogur natural, fruta y pan / Natural yogurt, fruit and bread.	6 Crema de verduras con picatostes /Cream of vegetables with croutons. Merluza a la plancha con guarnición de tomates al horno o ensalada de tomate Grilled fish with baked tomatoes or tomato salad. Manzana leche y pan / Apple, milk and bread.
	9 Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed Filete de lomo fresco a la plancha con pimientos verdes/ Grilled pork with green peppers Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.	10 Crema de calabacin / Cream of zucchini Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries Petit suisse ,frutay pan / Yogurt, fruit and bread.	11 Macarrones con chorizo y salsa de tomate / Pasta with chorizo and tomato sauce. Bacalao al horno con calabacin a la plancha / Baked cod with grilled zucchini., Macedonia de frutas, leche y pan / Fruit salad, milk and bread.	12 Cocido completo(Sopa,garbanzo, repollo,patata,zanahoria, pollo,chorizo,jamón ternera)/Broth,chickpeas,cabbagepotato,carrot,chicken,chorizo,ham and veal).1,3 Yogur de fresa ,fruta y pan / Strawberry yogurt, fruit and bread.
16 Crema de acelgas y zanahorias o acelgas rehogadas / Cream of chards and carrots or chards sauteed Croquetas caseras de jamón sin huevo / Homemade ham croquettes without egg Fresas, leche y pan / Strawberries, milk and bread.	17 Patatas guisadas con carne / Potatoes stew with meat Cabracho al horno con champiñones / Baked fish with mushrooms. Yogur de macedonia,fruta y pan / Fruit salad yogurt, fruit and bread.	18 Sopa de cocido / Broth. Lasaña de carne sin huevo / Meat lasagna without egg Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.	19 Judías pintas con arroz /Pinto beans stew with rice Filete de pollo a la plancha con ensalada / Grilled chicken with salad Yogur natural, fruta y pan /Natural yogurt, fruit and bread.	20 Pasta con atún / Pasta with tuna. Gallo al horno con verduras / Baked fish with vegetables. Naranja y pan / Orange and bread.
23 Arroz con salsa de tomate / Rice with tomato sauce Filete de pavo adobado con ensalada de pimientos rojos / Grilled turkey with red peppers salad Macedonia natural, leche y pan /Fruit salad , milk and bread.	24 Guisantes con jamón / Peas with ham Cinta de lomo con patatas panaderas y pimientos verdes fritos / Grilled pork with baked potatoes and green peppers Natillas, fruta y pan / Custard, fruit and bread.	25 Pasta carbonara / Pasta with carbonara sauce. Merluza al horno con brócoli / Grilled hake with broccoli Manzana, leche y pan / Fruit, milk and bread.	26 Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled veal steak with salad Yogur de limón, fruta y pan / Lemon yogurt fruit and bread.	27 Crema de verduras / Cream of vegetables Salmón a la plancha con tomates al horno o ensalada de tomate / Grilled salmon with baked tomatoes or tomato salad Plátano, leche y pan / Fruit, milk and bread.
30 Menestra de verduras o judías verdes / Vegetables sauteed or green beans sauteed Albóndigas de ternera con salsa de tomate y patatas dado / Meatballs in tomato sauce with cubed potatoes. Fresas, leche y pan / Strawberries, milk and bread.	31 Patatas guisadas a la riojana / Potatoes stew with chorizo Bacalao al horno con champiñones / Baked cod with mushrooms. Yogur de macedonia , fruta y pan / Natural yogurt, fruit 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, yogurt, 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.		



MENÚ COMIDAS

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

03

March



Enjoy your



meal

2 NO LECTIVO	3 Paella de marisco / Rice with seafood. Hamburguesa de pollo / Burger chicken Yogur de limón ,frutay pan / Lemon yogurt , fruit and bread.	4 Judías blancas con verduras /Beans stew with vegetables Lacón a la gallega / Pork Naranja y pan / Orange and bread.	5 Sopa de cocido o sopa castellana / Broth or spanish broth Ternera en salsa con verduras y patatas / veal in sauce withvegetables and potatoes. Yogur natural, fruta y pan / Natural yogurt, fruit and bread.	6 Crema de verduras con picatostes /Cream of vegetables with croutons. Merluza a la romana con guarnición de tomates al horno o ensalada de tomate Baked fish with baked tomatoes or tomato salad. Manzana leche y pan / Apple, milk and bread.
9 Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed Filete de lomo fresco a la plancha con pimientos verdes/ Grilled pork with green peppers Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.	10 Crema de calabacin / Cream of zucchini Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries Petit suisse ,frutay pan / Yogurt, fruit and bread.	11 Macarrones con chorizo y salsa de tomate / Pasta with chorizo and tomato sauce. Bacalao al horno con calabacin a la plancha / Baked cod with grilled zucchini., Macedonia de frutas, leche y pan / Fruit salad, milk and bread.	12 Cocido completo(Sopa,garbanzo, repollo,patata,zanahoria, pollo,chorizo,jamón ternera)/Broth,chickpeas,cabbagepotato,car rot,chicken,chorizo,ham and veal). Yogur de fresa ,fruta y pan / Strawberry yogurt, fruit and bread.	13 Arroz con tomate / White rice with tomato sauce Salmón a la plancha con brócoli / Grilled salmon with broccoli. Piña natural, leche y pan / Pineapple, milk and bread.
16 Crema de acelgas y zanahorias o acelgas rehogadas / Cream of chards and carrots or chards sauteed Croquetas caseras de jamón / Homemade ham croquettes1 Fresas, leche y pan / Strawberries, milk and bread.	17 Patatas guisadas con carne / Potatoes stew with meat Cabracho al horno con champiñones / Baked fish with mushrooms. Yogur de macedonia,fruta y pan / Fruit salad yogurt, fruit and bread.	18 Sopa de cocido / Broth. Lasaña de carne / Meat lasagna. Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.	19 Judías pintas con arroz /Pinto beans stew with rice Filete de pollo a la plancha con ensalada / Grilled chicken with salad Yogur natural, fruta y pan /Natural yogurt, fruit and bread	20 Pasta con atún / Pasta with tuna. Gallo al horno con verduras / Baked fish with vegetables. Naranja y pan / Orange and bread.1
23 Arroz tres delicias / Rice style chinesse. Filete de pavo adobado con ensalada de pimientos rojos / Grilled turkey with red peppers salad Macedonia natural, leche y pan /Fruit salad , milk and bread.	24 Guisantes con jamón / Peas with ham Cinta de lomo con patatas panaderas y pimientos verdes fritos / Grilled pork with baked potatoes and green peppers Natillas, fruta y pan / Custard, fruit and bread.	25 Pasta carbonara / Pasta with carbonara sauce. Merluza al horno con brócoli / Grilled hake with broccoli Manzana, leche y pan / Fruit, milk and bread.	26 Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled veal steak with salad Yogur de limón, fruta y pan / Lemon yogurt fruit and bread.	27 Crema de verduras / Cream of vegetables Salmón a la plancha con tomates al horno o ensalada de tomate / Grilled salmon with baked tomatoes or tomato salad. Plátano, leche y pan / Fruit, milk and bread.
30 Menestra de verduras o judías verdes / Vegetables sauteed or green beans sauteed Albóndigas de ternera sin soja con salsa de tomate y patatas dado / Meatballs without soy in tomato sauce with cubed potatoes. Fresas, leche y pan / Strawberries, milk and bread.	31 Patatas guisadas a la riojana / Potatoes stew with chorizo Bacalao al horno con champiñones / Baked cod with mushrooms. Yogur de macedonia , fruta y pan / Natural yogurt, fruit 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, yogurt, 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.		



Alérgicos a legumbres

MENÚ COMIDAS

03

March



meal

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2

NO LECTIVO

3

Paella de marisco / Rice with seafood.

Hamburguesa de pollo / Burger chicken

Yogur de limón ,frutay pan / Lemon yogurt , fruit and bread.

4

Patatas guisadas con carne / Potatoes stew with meat

Lacón a la gallega / Pork

Naranja y pan / Orange and bread.

5

Sopa de cocido o sopa castellana / Broth or spanish broth

Ternera en salsa con verduras y patatas / veal in sauce withvegetables and potatoes.

Yogur natural, fruta y pan / Natural yogurt, fruit and bread.

6

Crema de verduras con picatostes /Cream of vegetables with croutons.

Merluza a la romana con guarnición de tomates al horno o ensalada de tomate Baked fish with baked tomatoes or tomato salad.

Manzana ,leche y pan / Apple, milk and bread.

9

Patatas guisadas con carne / Potatoes stew with meat

Filete de lomo fresco a la plancha con pimientos verdes/ Grilled pork with green peppers

Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.

10

Crema de calabacín / Cream of zucchini

Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries

Petit suisse ,frutay pan / Yogurt, fruit and bread.

11

Macarrones con chorizo y salsa de tomate / Pasta with chorizo and tomato sauce.

Bacalao al horno con calabacín a la plancha / Baked cod with grilled zucchini.,

Macedonia de frutas, leche y pan / Fruit salad, milk and bread.

12

Cocido completo(Sopa,repollo,patata,zanahoria, pollo,chorizo,jamón ternera)/Broth,cabbaggepotato,carrot,chicken,chorizo,ham and veal).

Yogur de fresa ,fruta y pan / Strawberry yogurt, fruit and bread.

13

Arroz con tomate / White rice with tomato sauce

Salmón a la plancha con brócoli / Grilled salmon with broccoli.

Piña natural, leche y pan / Pineapple, milk and bread.

16

Crema de acelgas y zanahorias o acelgas rehogadas / Cream of chards and carrots or chards sauteed

Croquetas caseras de jamón / Homemade ham croquettes

Fresas, leche y pan / Strawberries, milk and bread.

17

Patatas guisadas con carne / Potatoes stew with meat

Cabracho al horno con champiñones / Baked fish with mushrooms.

Yogur de macedonia,fruta y pan / Fruit salad yogurt, fruit and bread.

18

Sopa de cocido / Broth.

Lasaña de carne / Meat lasagna.

Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.

19

Arroz con salsa de tomate / Rice with tomato sauce

Filete de pollo a la plancha con ensalada / Grilled chicken with salad

Yogur natural, fruta y pan /Natural yogurt, fruit and bread.

20

Pasta con atún / Pasta with tuna.

Gallo al horno con verduras / Baked fish with vegetables.

Naranja y pan / Orange and bread.

23

Arroz tres delicias / Rice style chinesse.

Filete de pavo adobado con ensalada de pimientos rojos / Grilled turkey with red peppers salad

Macedonia natural, leche y pan /Fruit salad , milk and bread.

24

Pure de calabacín / Zucchini puree

Cinta de lomo con patatas panaderas y pimientos verdes fritos / Grilled pork with baked potatoes and green peppers

Natillas, fruta y pan / Custard, fruit and bread.

25

Pasta carbonara / Pasta with carbonara sauce.

Merluza al horno con brócoli / Grilled hake with broccoli

Manzana, leche y pan / Fruit, milk and bread.

26

Sopa de cocido / Broth.

Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled veal steak with salad

Yogur de limón, fruta y pan / Lemon yogurt fruit and bread.

27

Crema de verduras / Cream of vegetables

Salmón a la plancha con tomates al horno o ensalada de tomate / Grilled salmon with baked tomatoes or tomato salad.

Plátano, leche y pan / Fruit, milk and bread.

30

Arroz con tomate / White rice with tomato sauce

Albóndigas de ternera con salsa de tomate y patatas dado / Meatballs in tomato sauce with cubed potatoes.

Fresas, leche y pan / Strawberries, milk and bread.

31

Patatas guisadas a la riojana / Potatoes stew with chorizo

Bacalao al horno con champiñones / Baked cod with mushrooms.

Yogur de macedonia , fruta y pan / Natural yogurt, fruit and bread.

TODOS LOS ALUMNOS PODRÁN REPETIR LAS COMIDAS 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, yogurt, 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.



Alérgicos al pescado

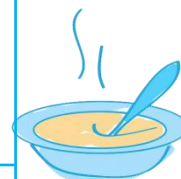
MENÚ COMIDAS

03

March



Enjoy your



meal

JUEVES		MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	NO LECTIVO	3	4	5	6
		Paella valenciana / Valencian style rice Hamburguesa de pollo / Burger chicken Yogur de limón ,frutay pan / Lemon yogurt , fruit and bread.	Judías blancas con verduras /Beans stew with vegetables Lacón a la gallega / Pork Naranja y pan / Orange and bread.	Sopa de cocido o sopa castellana / Broth or spanish broth Ternera en salsa con verduras y patatas / veal in sauce withvegetables and potatoes. Yogur natural, fruta y pan / Natural yogurt, fruit and bread.	Crema de verduras con picatostes /Cream of vegetables with croutons. Tortilla de patata con guarnición de tomates al horno o ensalada de tomate / Omelette with baked tomatoes or tomato salad. Manzana leche y pan / Apple, milk and bread.
		9	11	12	13
16		Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed Filete de lomo fresco a la plancha con pimientos verdes/ Grilled pork with green peppers Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.	Macarrones con chorizo y salsa de tomate / Pasta with chorizo and tomato sauce. Filete de ternera con calabacin a la plancha / Grilled veal steak with grilled zucchini., Macedonia de frutas, leche y pan / Fruit salad, milk and bread.	Cocido completo(Sopa,garbanzo, repollo,patata,zanahoria, pollo,chorizo,jamón ternera)/Broth,chickpeas,cabbaggepotato,carrot,chicken,chorizo,ham and veal). Yogur de fresa ,fruta y pan / Strawberry yogurt, fruit and bread.	Arroz con tomate / White rice with tomato sauce Tortilla francesa con brócoli / Omelette with broccoli. Piña natural, leche y pan / Pineapple, milk and bread
		17	18	19	20
		Patatas guisadas con carne / Potatoes stew with meat Fielte de pavo con champiñones / Grilled turkey with mushrooms. Yogur de macedonia,fruta y pan / Fruit salad yogurt, fruit and bread.	Sopa de cocido / Broth. Lasaña de carne / Meat lasagna. Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.1	Judías pintas con arroz /Pinto beans stew with rice Filete de pollo a la plancha con ensalada / Grilled chicken with salad Yogur natural, fruta y pan /Natural yogurt, fruit and bread.	Pasta con salsa boloñesa / Pasta with meat and tomato Cinta de lomo con verduras / Pork with vegetables. Naranja y pan / Orange and bread.
23		24	25	26	27
		Guisantes con jamón / Peas with ham chinesse. Filete de pavo adobado con ensalada de pimientos rojos / Grilled turkey with red peppers salad Macedonia natural, leche y pan /Fruit salad , milk and bread.	Pasta carbonara / Pasta with carbonara sauce. Tortilla francesa con brócoli / Omelette with broccoli Manzana, leche y pan / Fruit, milk and bread.	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled veal steak with salad Yogur de limón, fruta y pan / Lemon yogurt fruit and bread.	Crema de verduras / Cream of vegetables Filete de pollo con tomates al horno o ensalada de tomate / Grilled chicken with baked tomatoes or tomato salad. Plátano, leche y pan / Fruit, milk and bread.
		31	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..		
30		Patatas guisadas a la riojana / Potatoes stew with chorizo Tortilla francesa con champiñones / Omelette with mushrooms. Yogur de macedonia , fruta y pan / Natural yogurt, fruit and bread.			

Enjoy
your

meal

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 NO LECTIVO	3 Paella de marisco / Rice with seafood. Hamburguesa de pollo / Burger chicken Yogur de limón o fruta y pan sin gluten / Lemonl yogurt or fruit and bread gluten free	4 Judias blancas con verduras /Beans stew with vegetables Lacón a la gallega / Pork Naranja y pan sin gluten / Orange and bread gluten free	5 Sopa de cocido o sopa castellana / Broth or spanish broth Ternera en salsa con verduras y patatas / veal in sauce withvegetables and potatoes. Yogur natural o fruta y pan sin gluten / Natural yogurt or fruit and bread gluten free	6 Crema de verduras con picatostes sin gluten /Cream of vegetables with croutons without gluten Merluza a la plancha con guarnición de tomates al horno o ensalada de tomate Grilled hake with baked tomatoes or tomato salad. Manzana, leche y pan sin gluten / Apple, milk and bread gluten free
9 Judias verdes rehogadas / Green beans sauteed Filete de lomo fresco a la plancha con pimientos verdes/ Grilled pork with green peppers Plátano, leche y pan sin gluten / Banana, milk and bread gluten free	10 Crema de calabacin / Cream of zucchini Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries Petit suisse ,frutay pan sin gluten/ Yogurt, fruit and bread withut gluten	11 Macarrones con chorizo y salsa de tomate / Pasta with chorizo and tomato sauce. Bacalao al horno con calabacin a la plancha / Baked cod with grilled zucchini. Macedonia de frutas, leche y pan sin gluten / Fruit salad, milk and bread without gluten	12 Cocido completo(Sopa,garbanzo, repollo,patata,zanahoria, pollo,chorizo,jamón ternera)/Broth,chickpeas,cabbaggepotato,carrot,chicken,chorizo,ham and veal). Yogur de fresa o fruta y pan sin gluten / Strawberry yogurt or fruit and bread without gluten	13 Arroz con tomate / White rice with tomato sauce Salmón a la plancha con brócoli / Grilled salmon with broccoli.4 Piña natural, leche y pan / Pineapple, milk and bread.1,7
16 Crema de acelgas y zanahorias o acelgas rehogadas / Cream of chards and carrots or chards sauteed Croquetas caseras de jamón sin gluten / Homemade ham croquettes gluten free Fresas, leche y pan sin gluten / Strawberries, milk and bread gluten free	17 Patatas guisadas con carne / Potatoes stew with meat Cabracho al horno con champiñones / Baked fish with mushrooms. Yogur de macedonia o fruta y pan sin gluten/ Fruit salad yogurt or fruit and bread gluten free	18 Sopa de cocido / Broth. Lasaña de carne sin guten / Meat lasagna without gluten Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.	19 Judias pintas con arroz /Pinto beans stew with rice. Filete de pollo a la plancha con ensalada / Grilled chicken with salad. Yogur natural o fruta y pan sin gluten / Natural yogurt or fruit and bread gluten free	20 Pasta con atún / Pasta with tuna. Gallo al horno con verduras / Baked fish with vegetables. Naranja y pan sin gluten / Orange and bread gluten free
23 Arroz tres delicias / Rice style chinesse Filete de pavo adobado con ensalada de pimientos rojos / Grilled turkey with red peppers salad. Macedonia de frutas, leche y pan sin gluten / Fruit salad, milk and bread without gluten	24 Guisantes con jamón / Peas with ham Cinta de lomo con patatas panaderas y pimientos verdes fritos / Grilled pork with baked potatoes and green peppers Natillas, fruta y pan singluten / Custard, fruit and bread without gluten	25 Pasta carbonara / Pasta with carbonara sauce. Merluza al horno con brócoli / Grilled hake with broccoli. Manzana, leche y pan sin gluten / Fruit, milk and bread without gluten	26 Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled veal steak with salad Yogur de limón o fruta y pan sin gluten / Lemonl yogurt or fruit and bread gluten free	27 Crema de verduras / Cream of vegetables Salmón a la plancha con tomates al horno o ensalada de tomate / Grilled salmon with baked tomatoes or tomato salad. Plátano, leche y pan sin gluten / Banana, milk and bread gluten free
30 Menestra de verduras o judías verdes / Vegetables sauteed or green beans sauteed Albóndigas de ternera con salsa de tomate y patatas dado / Meatballs in tomato sauce with cubed potatoes. Fresas, leche y pan sin gluten / Strawberries, milk and bread gluten free	31 Patatas guisadas a la riojana / Potatoes stew with chorizo Bacalao al horno con champiñones / Baked cod with mushrooms. Yogur de macedonia o fruta y pan sin gluten/ Fruit salad yogurt or fruit and bread gluten free	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.		