

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

# MENÚ COMIDAS

12

December



Enjoy your



meal

DOMINGOS	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<p><b>1</b> Judías blancas guisadas / Beans stew</p> <p>Merluza a la plancha con ensalada / Grilled hake with salad.</p> <p>Postre lácteo de soja y pan/ Soy dairy dessert and bread.</p>	<p><b>2</b> Sopa de picadillo con jamón y huevo / Soup with ham and boiled egg.</p> <p>Cinta de lomo con pimientos verdes / Grilled pork with green peppers.</p> <p>Uvas, leche de soja y pan / Grapes, soy milk and bread.</p>	<p><b>3</b> Pasta con salsa boloñesa / Bolognese pasta.</p> <p>Bacalao al horno con ensalada / Baked cod with salad .</p> <p>Postre lácteo de soja y pan/ Soy dairy dessert and bread.</p>	<p><b>4</b> Guisantes con jamón / Peas with ham</p> <p>Filete de ternera a la plancha con puré de patata sin leche / Grilled veal steak with mashed puree without milk.</p> <p>Piña, leche de soja y pan / Pineapple, soy milk and bread.</p>
<p><b>7</b></p> <p><b>FIESTA</b></p>	<p><b>8</b></p> <p><b>FIESTA</b></p>	<p><b>9</b> Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed.</p> <p>Chuletas de pavo con patatas fritas / Turkey chops with french fries.</p> <p>Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread.</p>	<p><b>10</b> Crema de calabaza con picatostes / Cream of pumpkin with croutons.</p> <p>Salmón a la plancha con verduras / Grilled salmon with vegetables sauteed.</p> <p>Postre lácteo de soja y pan/ Soy dairy dessert and bread.</p>	<p><b>11</b> Cocido completo (sopa, garbanzos, patata, zanahoria, repollo, chorizo, jamón, pollo y ternera) / Complete cocido ( broth, chickpeas, potatoes, carrots, cabbage, sausage, ham, chicken and veal).</p> <p>Macedonia natural de fruta, leche de soja y pan / Natural fruit salad, soy milk and bread.</p>
<p><b>14</b> Crema de calabacín / Cream of zucchini o calabacín a la plancha / Grilled zucchini.</p> <p>Pescado a la plancha / Grilled fish.</p> <p>Mandarina y pan / Mandarin and bread.</p>	<p><b>15</b> Menestra de verduras o pisto / Vegetables sauteed or vegetables in tomato sauce.</p> <p>Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries.</p> <p>Postre lácteo de soja y pan/ Soy dairy dessert and bread.</p>	<p><b>16</b> Lentejas con verduras / Lentil stew with vegetables</p> <p>Croquetas caseras sin leche con ensalada / Homemade croquettes without milk and with salad.</p> <p>Manzana, leche de soja y pan / Apple, soy milk and bread.</p>	<p><b>17</b> Paella de marisco / Rice with seafood.</p> <p>Merluza a la plancha con ensalada de tomate / Grilled hake with tomato salad</p> <p>Postre lácteo de soja y pan/ Soy dairy dessert and bread.</p>	<p><b>18</b> Pasta con salsa de tomate / Pasta with tomato sauce.</p> <p>Filete de ternera a la plancha / Grilled veal steak.</p> <p>Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread.</p>
<p><b>21</b> Crema de espinacas / Cream of spinach.</p> <p>Filete de pollo con patatas fritas/ Grilled chicken with french fries</p> <p>Piña, leche de soja y pan / Pineapple, soy milk and bread.</p>	<p><b>22</b></p> <p><b>COMIDA SORPRESA DE NAVIDAD</b></p>			<p><b>Bon appetit!</b></p>

\*TODOS LOS ALUMNOS PODRÁN REPETIR LAS VECES QUE DESEEN, DESPUÉS DE HABER COMIDO EL PRIMER Y SEGUNDO PLATO.

\*LAS GUARNICIONES DE VERDURA SON OPCIONALES PARA LOS ALUMNOS QUE LO DESEEN

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.