

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

**MENÚ COMIDAS**

**03**

**March**



*Enjoy your*



*meal*

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><b>1</b> Paella Valenciana / Valencian style rice.</p> <p>Tortilla con pimientos verdes / Omelette with green peppers</p> <p>Piña natural , lechede soja y pan / Natural pineapple, soy milk and bread.</p>	<p><b>2</b> Caldo gallego / Beans stew with vegetables.</p> <p>Salmón a la plancha con ensalada / Baked salmon with salad.</p> <p>Postre lácteo de soja ,fruta y pan / Soy dairy dessert, fruit and bread.</p>	<p><b>3</b> Crema de calabacín / Cream of zucchini.</p> <p>Filete de pavo adobado con patatas fritas / Grilled marinated turkey with french fries.</p> <p>Naranja y pan / Orange and bread.</p>	<p><b>4</b> Guisantes rehogados con jamón / Peas sauteed with ham.</p> <p>Albóndigas de ternera en salsa con guarnición de arroz / Meatballs in sauce with rice.</p> <p>Postre lácteo de soja, fruta y pan / Soy dairy dessert, fruit and bread.</p>	<p><b>5</b> Macarrones con atún y salsa de tomate / Pasta with tuna and tomato sauce.</p> <p>Lenguado al horno con champiñones / Baked fish with mushrooms</p> <p>Manzana, leche de soja y pan / Apple, soy milk and bread.</p>
<p><b>8</b> Crema de puerros y zanahorias / Cream of leeks and carrots.</p> <p>Cinta de lomo fresca con patatas fritas/ Grilled pork with french fries..</p> <p>Macedonia natural de frutas, leche de soja y pan / Natural fruit salad, soy milk and bread.</p>	<p><b>9</b> Patatas guisadas con carne / Potatoes stew with meat.</p> <p>Merluza a la plancha con ensalada / Grilled hake with salad.</p> <p>Postre lácteo de soja ,frutay pan / Soy dairy dessert, fruit and bread.</p>	<p><b>10</b> Lentejas con chorizo / Lentils stew with chorizo.</p> <p>Filete de pollo con pimientos verdes / Grilled chicken with green peppers</p> <p>Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread.</p>	<p><b>11</b> Sopa de cocido / Broth</p> <p>Lasaña de carne sin leche / Meat lasagna without milk.</p> <p>Postre lácteo de soja,fruta y pan / Soy dairy dessert, fruit and bread.</p>	<p><b>12</b> Arroz con salsa de tomate / White rice with tomato sauce.</p> <p>Bacalao al horno en salsa verde / Baked cod in green sauce.</p> <p>Naranja y pan / Orange and bread.</p>
<p><b>15</b> Macarrones con chorizo y salsa de tomate / Pasta with chorizo and tomato sauce.</p> <p>Gallo San Pedro al horno / Baked fish</p> <p>Fresas, leche de soja y pan / Strawberries, soy milk and bread.</p>	<p><b>16</b> Judías verdes rehogadas / Lightly fried green beans sauteed .</p> <p>Croquetas caseras sin leche / Homemade croquettes without milk</p> <p>Postre lácteo de soja ,fruta y pan / Soy dairy dessert, fruit and bread.</p>	<p><b>17</b> Paella de marisco / Valencian style rice with seafood.</p> <p>Lacón a la gallega / Galician style ham</p> <p>Manzana , leche de soja y pan / Apple, soy milk and bread.</p>	<p><b>18</b> Cocido completo sopa, garbanzos, repollo, zanahoria, patata, pollo, jamón, chorizo y ternera)/ Complete cocido ( broth,chickpeas, cabbage, carrot, potato, chicken, ham, chorizo and veal</p> <p>Postre lácteo de soja , fruta y pan / Soy dairy dessert, fruit and bread.</p>	<p><b>19</b></p> <p><b>FESTIVO</b></p>
<p><b>22</b> Arroz tres delicias / Chinese style rice.</p> <p>Hamburguesa de pollo con ensalada / Grilled chicken burger with salad</p> <p>Fresas , leche y pan / Strawberries, milk and bread.</p>	<p><b>23</b> Judías pintas guisadas con chorizo / Pinto beans stew with chorizo.</p> <p>Cabracho al horno / Baked fish.</p> <p>Postre lácteo de soja , fruta y pan / Soy dairy dessert, fruit and bread.</p>	<p><b>24</b> Crema de verduras / Cream of vegetables.</p> <p>Cordero guisado con patatas dado / Lamb stew with cubed potatoes.</p> <p>Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread.</p>	<p><b>25</b> Sopa de picadillo / Soup with boiled egg and ham.</p> <p>Merluza a la romana con ensalada / Breaded hake with salad.</p> <p>Postre lácteo de soja, fruta y pan / Soy dairy dessert , fruit and bread.</p>	<p><b>26</b></p> <p><b>ESPECIAL NO LECTIVO</b></p>
<p><b>29</b></p> <p><b>SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>30</b></p> <p><b>SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>31</b></p> <p><b>SEMANA SANTA</b></p>		

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 alérgicos e intolerancias. Soliciten información en enfermería.