

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6

June



Be  
healthy,  
live  
healthy

Sugerencia CENAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				<p><b>1</b> Ensalada de espinacas / Spinach salad</p> <p>Hamburguesa de ternera con patatas fritas / Veal burger with french fries</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>
<p><b>4</b> Ensalada de arroz / Rice salad</p> <p>Sepia a la plancha / Grilled sepia</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p><b>5</b> Coliflor con bechamel / Cauliflower with sauce</p> <p>Cinta de lomo a la plancha / Grilled pork</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>6</b> Tortilla de patata con pisto y pimientos verdes / Potato omelette with vegetables in tomato sauce and green peppers</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p><b>7</b> Espárragos con mayonesa / Asparagus with mayo</p> <p>Dorada al horno / Baked fish</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>8</b> Parrilla de verduras / Grilled vegetables</p> <p>Salchichas de pavo / Turkey sausages</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>
<p><b>11</b> Ensalada de judías verdes / Green beans salad</p> <p>Empanadillas caseras de atún / Homemade tuna pasty</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p><b>12</b> Crema de puerros / Cream ok leeks</p> <p>Magro en salsa / Lean in sauce</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>13</b> Brócoli rehogado / Broccoli sauteed</p> <p>Chuietas de pavo con patatas panaderas/ Turkey chops with baked potatoes</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p><b>14</b> Sopa de verduras / Vegetables soup</p> <p>Berenjenas rellenas de carne / Meat stuffed eggplants</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>15</b> Alcachofas con jamón / Artichokes with ham</p> <p>Merluza a la romana / Breaded hake</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>
<p><b>18</b> Crema de calabacín / Zucchini cream</p> <p>Salmón con tomates al horno / Baked salmon with tomatoes</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p><b>19</b> Pimientos rojos asados / Roasted red peppers</p> <p>Filete de ternera a la plancha con patatas fritas / Grilled veal steak with french fries</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>20</b> Salteado de champiñones, espárragos y gambas / Mushrooms, asparagus and prawns sauteed</p> <p>Alitas de pollo / Drumsticks chicken</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p><b>21</b> Patatas camperas / Boiled potatoes with vegetables</p> <p>Gallo a la plancha / Grilled sole</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>22</b> <b>FIN DE CURSO</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 acompañados de ensalada.