

Celiacos

MENÚ COMIDAS

10
October



Enjoy your



meal

<p>1 Salmón y arroz / Fresh tuna stew</p> <p>Tortilla de calabacín / Zucchini omelette</p> <p>Macedonia de frutas, leche y pan sin gluten / Mixed fruit salad, milk and bread gluten free</p>	<p>2 Judías verdes / Green beans</p> <p>Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries</p> <p>Yogur natural azucarado y pan sin gluten / Natural yogurt with sugar, and bread gluten free</p>	<p>3 Pasta con salsa carbonara y queso rallado / Carbonara pasta with cheese</p> <p>Merluza en salsa verde con gambas y almejas / Hake in green sauce with shrimp and clams</p> <p>Uvas, pan sin gluten y leche / Grapes, bread gluten free and milk</p>	<p>4 Lentejas hortelanas / Lentil stew</p> <p>Filete de ternera a la plancha con puré de patata / Grilled steak with mashed potatoes</p> <p>Yogur de macedonia y pan sin gluten / Fruit salad yogurt and bread gluten free</p>	<p>5 Puré de verduras / Vegetable puree</p> <p>Emperador con ajo perejil y ensalada de tomate, orégano y queso de Burgos / Swordfish with garlic, tomato salad with oregano and soft cheese</p> <p>Plátano, leche y pan sin gluten / Banana, milk and bread gluten free</p>
<p>8 Paella de verduras y pollo / Valencian style rice dish with chicken and vegetables</p> <p>Lacón a la gallega / Galician style pork</p> <p>Manzana, leche y pan sin gluten / Apple, milk and bread gluten free</p>	<p>9 Crema de zanahoria con picatostes / Cream of carrots with croutons</p> <p>Salmón a la menier / Salmon with a lemon sauce</p> <p>Natillas y pan sin gluten / Pudding and bread gluten free</p>	<p>10 Cocido completo : sopa, garbanzos, patata, zanahoria, repollo, chorizo, pollo, ternera y jamón / Complete cocido (broth, chickpeas, potatoes, carrots, sausage, chicken, steak and ham)</p> <p>Mandarina y pan sin gluten / Mandarin and bread gluten free</p>	<p>11 Pasta marinera / Pasta with gulas and shrimp</p> <p>Filete de pollo a la plancha con lombarda / Grilled chicken with red cabbage</p> <p>Yogur de fresa y pan sin gluten / Strawberry yogurt and bread gluten free</p>	<p>12 FIESTA</p>
<p>15 Arroz tres delicias / Chinese style rice</p> <p>Atún con cebolla y tomate / Tuna with onion and tomato</p> <p>Plátano, pan sin gluten y leche / Banana, milk and bread gluten free</p>	<p>16 Judías blancas con grelos / White bean stew with turnips</p> <p>Filete de pavo con puré de patata / Turkey fillet with mashed potatoes</p> <p>Yogur de limón y pan sin gluten / Lemon yogurt and bread gluten free</p>	<p>17 Menestra verduras / Sauteed mixed vegetables</p> <p>Cinta de lomo con pimientos verdes / Pork with green peppers</p> <p>Caqui, pan y leche / Fruit, milk and bread gluten free</p>	<p>18 Pasta boloñesa con queso rallado / Bolognese pasta with sprinkled cheese</p> <p>Lomos de lenguado con brócoli / Sole with broccoli</p> <p>Yogur natural azucarado y pan sin gluten / Natural yogurt with sugar, and bread gluten free</p>	<p>19 Crema espinacas / Cream of spinach</p> <p>Albóndigas de ternera con patatas dado / Meatballs with cubed potatoes</p> <p>Uvas, pan sin gluten y leche / Grapes, bread gluten free and milk</p>
<p>22 Arroz con salchichas y tomate / Rice with sausage and tomatoes</p> <p>Ternera con verduras / Steak with vegetables</p> <p>Manzana, leche y pan sin gluten / Apple, milk and bread gluten free</p>	<p>23 Acelgas con bacon / Chard with bacon</p> <p>Filete de pollo con patatas fritas / Grilled chicken with french fries</p> <p>Petit-suisse y pan sin gluten / Petit-suisse and bread gluten free</p>	<p>24 Patatas con carne / Potato and meat stew</p> <p>Merluza salteado con champiñones / Salted hake with mushrooms</p> <p>Plátano, pan sin gluten y leche / Banana, milk and bread gluten free</p>	<p>25 Lentejas estofadas con chorizo / Lentil stew with sausage</p> <p>Tortilla de espinacas / Spinach omelette</p> <p>Yogur de macedonia y pan sin gluten / Fruit salad yogurt and bread gluten free</p>	<p>26 Crema de calabaza / Cream of pumpkin</p> <p>Lasaña de atún / Tuna lasagna</p> <p>Mandarina y pan sin gluten / Mandarin and bread gluten free</p>
<p>29 Guisantes con jamón / Sauteed peas with ham</p> <p>Croquetas con pisto / Croquettes with mixed vegetables in sauce</p> <p>Macedonia de frutas, leche y pan sin gluten / Mixed fruit salad, milk and bread gluten free</p>	<p>30 Judías con marisco / Beans with seafood</p> <p>Filete pollo a la plancha con ensalada de espinacas / Grilled chicken with spinach salad</p> <p>Yogur de fresa, y pan sin gluten / Strawberry yogurt, and bread gluten free</p>	<p>31 Sopa de picadillo / Soup with vegetables</p> <p>Emperador con habitas rehogadas / Swordfish with lightly fried beans</p> <p>Manzana, leche y pan sin gluten / Apple, milk and bread gluten free</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.