

MENÚ COMIDAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>1</p> <p>Comitako / Fresh tuna stew</p> <p>Tortilla de calabacín / Zucchini omelette</p> <p>Macedonia de frutas, leche y pan / Mixed fruit salad, milk and bread</p>	<p>2</p> <p>Judías verdes / Green beans</p> <p>Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries</p> <p>Yogur natural azucarado y pan / Natural yogurt with sugar, and bread</p>	<p>3</p> <p>Pasta con salsa carbonara y queso rallado / Carbonara pasta with cheese</p> <p>Merluza a la plancha / Grilled hake</p> <p>Uvas, pan y leche / Grapes, bread and milk</p>	<p>4</p> <p>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 / Fruit salad yogurt and bread</p>	<p>5</p> <p>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/Banana, milk and bread</p>
<p>8</p> <p>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 / Apple, milk and bread</p>	<p>9</p> <p>Crema de zanahoria con picatostes / Cream of carrots with croutons</p> <p>Salmón a la meniere / Salmon with a lemon sauce</p> <p>Natillas y pan / Pudding and bread</p>	<p>10</p> <p>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 / Mandarin and bread</p>	<p>11</p> <p>Pasta con salsa de tomate / Pasta with tomato sauce</p> <p>Filete de pollo a la plancha con lombarda / Grilled chicken with red cabbage</p> <p>Yogur de fresa y pan / Strawberry yogurt and bread.</p>	<p>12</p> <p>FIESTA</p>
<p>15</p> <p>Arroz tres delicias / Chinese style rice</p> <p>Atún con cebolla y tomate / Tuna with onion and tomato</p> <p>Plátano, pan y leche / Banana, milk and bread</p>	<p>16</p> <p>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/Lemon yogurt and bread</p>	<p>17</p> <p>Menestra verduras / Sautéed mixed vegetables</p> <p>Cinta de lomo con pimientos verdes / Pork with green peppers</p> <p>Caqui, pan y leche</p>	<p>18</p> <p>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 / Natural yogurt with sugar, and bread</p>	<p>19</p> <p>Crema espinacas / Cream of spinach</p> <p>Albóndigas de ternera con patatas dado / Meatballs with cubed potatoes</p> <p>Uvas, pan y leche / Grapes, bread and milk</p>
<p>22</p> <p>Arroz con salchichas y tomate / Rice with sausage and tomatoes</p> <p>Ternera con verduras / Steak with vegetables</p> <p>Manzana, leche y pan / Apple, milk and bread</p>	<p>23</p> <p>Acelgas con bacon / Chard with bacon</p> <p>Hamburguesa de pollo con patatas fritas / Chicken burger with french fries</p> <p>Petit-suisse y pan / Petit-suisse and bread</p>	<p>24</p> <p>Patatas con carne / Potato and meat stew</p> <p>Merluza salteado con champiñones/ Salted hake with mushrooms</p> <p>Plátano, pan y leche / Banana, milk and bread</p>	<p>25</p> <p>Lentejas estofadas con chorizo / Lentil stew with sausage</p> <p>Tortilla de espinacas / Spinach omelette</p> <p>Yogur de macedonia / Fruit salad yogurt</p>	<p>26</p> <p>Crema de calabaza / Cream of pumpkin</p> <p>Lasaña de atún / Tuna lasagna.</p> <p>Mandarina y pan / Mandarin and bread</p>
<p>29</p> <p>Guisantes con jamón / Sautéed peas with ham</p> <p>Croquetas con pisto// Croquettes with mixed vegetables in sauce</p> <p>Macedonia de frutas, leche y pan / Mixed fruit salad, milk and bread</p>	<p>30</p> <p>Judías con verduras / Beans stew with vegetables</p> <p>Filete pollo a la plancha con ensalada de espinacas / Grilled chicken with spinach salad</p> <p>Yogur de fresa, y pan / Strawberry yogurt, and bread</p>	<p>31</p> <p>Sopa de picadillo / Soup with vegetables</p> <p>Emperador con habitas rehogadas / Swordfish with lightly fried beans</p> <p>Manzana, leche y pan / Apple, milk and bread</p>		



Enjoy your



meal

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.