

Alérgicos a la lactosa y  
proteínas de la leche

MENÚ COMIDAS

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<p><b>NO LECTIVO</b></p>	<p><b>8</b> Macarrones con atún y tomate / Pasta with tuna and tomato sauce</p> <p>Cinta de lomo adobada con ensalada de tomate y orégano / Marinated pork with tomato and oregano salad</p> <p>Yogur de soja y pan / Soy yogurt and bread</p>	<p><b>9</b> Patatas guisadas con costillas y setas / Potatoes stew with cutled and mushrooms</p> <p>Filete de merluza al limón / Grilled hake with lemon</p> <p>Mandarina, leche de soja y pan / Mandarin, soy milk and bread</p>	<p><b>10</b> Crema de verduras frescas / Cream of fresh vegetables</p> <p>Hamburguesa de pollo con patatas fritas / Chicken burger with french fries</p> <p>Yogur de soja y pan / Soy Yogurt and bread</p>	<p><b>11</b> Cocido completo (Sopa, garbanzos, zanahoria, patata, repollo, jamón, ternera, pollo y chorizo) / Complete cocido (  broth, chickpeas, carrot, potatoe, cabbage, ham, veal, chicken and sausage)</p> <p>Piña, leche de soja y pan / Pineapple, soy milk and bread</p>
<p><b>14</b> Arroz con salsa de tomate / Rice with tomato sauce</p> <p>Filete de pavo adobado con champiñones / Marinated turkey with mushrooms</p> <p>Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread</p>	<p><b>15</b> Lentejas guisadas con verduras / Lentil stew with vegetables</p> <p>Salmón al horno con eneldo y lombarda / Baked salmon with dill and red cabbage</p> <p>Yogur de soja y pan / Soy yogurt and bread</p>	<p><b>16</b> Puré de calabaza / Pumpkin puree</p> <p>Albóndigas de ternera con arroz / Meatballs with rice</p> <p>Macedonia natural de fruta , leche de soja y pan / Natural fruit salad, soy milk and bread</p>	<p><b>17</b> Judías verdes rehogadas con jamón / Green beans sauteed with ham</p> <p>Pollo asado con patatas fritas / Roasted choicken with french fries</p> <p>Yogur de soja y pan / Soy yogur and bread</p>	<p><b>18</b> Macarrones con tomate / Pasta with tomato sauce</p> <p>Bacalao al horno con pisto / Baked cod with vegetables in tomato sauce</p> <p>Naranja, leche de soja y pan / Orange, soy milk and bread</p>
<p><b>21</b> Paella marinera con calamares, chipirones y gambas / Rice with squids and prawns</p> <p>Tortilla con ensalada de espinacas / Omelette with spinach salad</p> <p>Manzana, leche de soja y pan / Apple, soy milk and bread</p>	<p><b>22</b> Judías blancas con chorizo / Beans stew with sausage</p> <p>Emperador a la plancha con salsa de ajo y perejil / Grilled swordfish with garlic and parsley</p> <p>Yogur de soja y pan / Soy yogurt and bread</p>	<p><b>23</b> Crema de calabacín con picatostes / Cream of zucchini with croutons</p> <p>Filete de ternera con patatas panaderas, cebolla y pimiento verde / Grilled veal steak with baked potatoes with onion and green peppers</p> <p>Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread</p>	<p><b>24</b> Pasta con tomate / Pasta with tomato sauce</p> <p>Mero con calabacín a la plancha / Mere with grilled zucchini</p> <p>Yogur de soja y pan / Soy yogurt and bread</p>	<p><b>25</b> Lentejas guisadas con verduras / Lentil stew with vegetables</p> <p>Croquetas de jamón con ensalada de tomate y pepino / Croquettes with tomato and cucumber salad</p> <p>Naranja, leche de soja y pan / Orange, soy milk and bread</p>
<p><b>28</b> Patatas guisadas con sepia / Potataoes stew with cuttlefish</p> <p>Filete de pollo con pimientos verdes / Grilled chicken with green peppers</p> <p>Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk an dbread</p>	<p><b>29</b> Macarrones boloñesa y / Pasta with meat and tomato sauce</p> <p>Salmón a la plancha con brócoli / Grilled salmon with broccoli</p> <p>Yogur de soja y pan / Soy yogurt and bread</p>	<p><b>30</b> Guisantes rehogados con jamón / Peas sauteed with ham</p> <p>Lasaña de ternera / Meat lasagna</p> <p>Fresas con zumo de naranja y pan / Strawberry with orange juice and bread</p>	<p><b>31</b> Sopa de arroz y pollo / Rice soup with chicken</p> <p>Merluza con tomates al horno / Hake with baked tomatoes</p> <p>Yogur de soja y pan / Soy yogurt and bread</p>	

1  
January



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.