

Celiacos

3

March



Enjoy your



meal

MENÚ COMIDAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 <b>NO LECTIVO</b>
4 <b>NO LECTIVO</b>	5 Macarrones boloñesa / Pasta with bolognesa sauce  Emperador a la plancha con ajo y perejil / Grilled swordfish with garlic and parsley  Yogur de limon o fruta y pan sin gluten / lemon yogurt or fruit and bread gluten free	6 Lentejas con verduras / Lentil stew with vegetables  Filete de cerdo a la plancha / Grilled pork fillet  Naranja , leche y pan sin gluten / Orange, milk and bread gluten free	7 Sopa de lluvia / Soup  Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries  Yogur de macedonia o Fruta y pan sin gluten / Fruit salad yogur or Fruit and bread gluten free	8 Crema de verduras / Cream of vegetables  Lasaña de carne sin gluten / Meat lasagna gluten free  Manzana roja , leche y pan sin gluten/ Apple, milk and bread gluten free
11 Guisantes con jamón / Peas with ham  Albóndigas de pollo con arroz / Chicken meatballs with rice  Fresas , leche y pan sin gluten/ Strawberry, milk and bread gluten free	12 Crema de calabacín / Cream of zucchini  Merluza a la romana / Breaded hake  Yogur natural o fruta y pan sin gluten / Natural yogurt or Fruit and bread gluten free	13 Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed  Filete de ternera con patatas fritas / Grilled veal steak with french fries  Manzana verde, leche y pan sin gluten / Apple, milk and bread gluten free	14 Cocido completo (sopa, garbanzos, zanahoria, patata, repollo, chorizo, ternera, jamón y pollo) / Complete cocido ( Broth, chickpeas, carrot, potatoe, cabbage, sausage, veal, ham and chicken)  Petit suisse o fruta y pan sin gluten / Yogurt or fruit and bread gluten free	15 Pasta carbonara / Pasta with carbonara sauce  Salmón a la plancha / Grilled salmon  Plátano, leche y pan sin gluten/ Banana, milk and bread gluten free
18 Puré de zanahoria y acelgas / Carrot and chard puree  Hamburguesa de pollo con patatas fritas / Chicken burger with french fries  Naranja, leche y pan sin gluten / Orange, milk and bread gluten free	19 Judías blancas con chorizo / Beans stew with sausage  Emperador a la plancha con ajo y perejil / Grilled swordfish with garlic and parsley  Natillas o fruta y pan sin gluten / Custard or fruit and bread gluten free	20 Sopa de ave / Soup  Filete de ternera con ensalada / Grilled veal steak with salad  Fresas, leche y pan sin gluten/ Strawberry, milk and bread gluten free	21 Crema de calabaza o pisto / Cream of pumpkin or vegetables in tomato sauce  Croquetas de jamón sin gluten /Ham Croquettes gluten free  Yogur de macedonia o fruta y pan sin gluten / Fruit salad yogur or fruit and bread gluten free	22 Arroz con salsa de tomate y salchichas / Rice with tomato sauce and sausages  Tortilla de patata / Potatoe omelette  Macedonia fruta naturl, leche y pan sin gluten/ Natural fruit salad,milk and bread gluten free
25 Patatas con carne / Potatoes stew with meat  Empanadillas de jamón y queso sin gluten / Ham and cheese pasty gluten free  Manzana roja , pan sin gluten y leche / Red apple, bread gluten free and milk	26 Lentejas hortelanas / Lentil stew with vegetables  Brocheta de pollo adobado / Marinated chicken brochette  Yogur de fresa o fruta y pan sin gluten / Strawberry yogurt or fruit and bread gluten free	27 Macarrones con chorizo y queso/ Pasta with sausage and cheese  Ternera en salsa con verduras y patata / Veal in sauce with vegetables and potatoe  Plátano, leche y pan sin gluten/ Banana, milk and bread gluten free	28 Crema de verduras / Cream of vegetables  Filete empanado sin gluten con ensalada / Breaded fillet gluten free with salad  Yogur natural o fruta y pan sin gluten / Natural yogurt or fruit and bread gluten free	29 Judías pintas con arroz / Pinto beans stew with rice  Merluza a la plancha / Grilled hake  Naranja , leche y pan sin gluten/ Orange, milk and bread gluten free

TODOS LOS ALUMNOS PODRÁN REPETIR LAS VECES QUE DESEEN, DESPUÉS DE HABER COMIDO EL PRIMER Y SEGUNDO PLATO. Es conveniente que los niños vengan 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.