

MENÚ COMIDAS

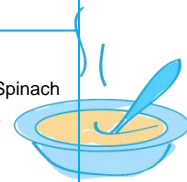


10

October

Celiacos

Enjoy your



meal

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<p>1 Crema de zanahoria / Carrot cream</p> <p>Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with French fries</p> <p>Yogur natural azucarado o fruta y pan sin gluten / Natural yogurt with sugar or fruit and bread gluten free</p>	<p>2 Pasta boloñesa /Pasta with meat and tomato sauce (Sin gluten / Gluten free)</p> <p>Merluza al horno / Baked hake</p> <p>Uvas, leche y pan sin gluten/ Grapes, milk and bread gluten free</p>	<p>3 Lentejas con verduras / Lentil stew with vegetables</p> <p>Filete de ternera con puré de patata / Grilled veal steak with mashed potatoes</p> <p>Yogur de fresa o fruta y pan sin gluten / Strawberry yogurt or fruit and bread gluten free</p>	<p>4 Judías verdes rehogadas / Green beans sautéed</p> <p>Emperador con ajo y perejil con ensalada de tomate, orégano y queso fresco / Swordfish with garlic and tomato, oregano and soft cheese</p> <p>Plátano, leche y pan sin gluten /Banana, milk and bread gluten free</p>	
<p>7 Paella de pollo y verduras / Valencian style rice with chicken and vegetables</p> <p>Lacón a la gallega / Lacon,</p> <p>Manzana, leche y pan sin gluten/ Apple, milk and bread gluten free</p>	<p>8 Puré de verduras / Vegetables puree</p> <p>Salmón a la meniere / Salmon with a lemon sauce</p> <p>Natillas o fruta y pan sin gluten/ Custard or fruit and bread gluten free</p>	<p>9 Cocido complete (sopa,garbanzos,zanahoria,repollo,patata,chorizo,jamónj,ternera y pollo) /Complete cocido (broth, chickpeas,potatoes,carrots, sausages,chicken, steak, cabbage, and ham)</p> <p>Melón , leche y pan sin gluten/ Melon, milk and bread gluten free</p>	<p>10 Guisantes con jamón / Peas with ham</p> <p>Filete de pollo a la plancha con patatas fritas / Grilled chicken with French fries</p> <p>Yogur de limón o fruta y pan sin gluten / Lemon yogurt or fruit and bread gluten free</p>	<p>11 Pasta con chorizo / Pasta with sausage (Sin gluten / Gluten free)</p> <p>Bacalao al horno con ensalada / Baked cod with salad</p> <p>Macedonia de frutas natural, leche y pan sin gluten/ Natural fruit salad, milk and bread gluten free</p>
<p>14 Arroz tres delicias / Chinese style rice</p> <p>Atún con cebolla / Tuna with onion</p> <p>Plátano, leche y pan sin gluten/ Banana, milk and bread gluten free</p>	<p>15 Judías blancas guisadas / White beans stew</p> <p>Filete de pavo con ensalada /Turkey fillet with salad</p> <p>Yogur de Macedonia o fruta y pansin gluten /Fruit salad Yogurt or fruit and bread gluten free</p>	<p>16 Menestra de verduras / Sauteed mixed vegetables</p> <p>Cinta de lomo con pimientos verdes / Grilled pork with green peppers</p> <p>Manzana, leche y pan sin gluten /Apple, milk and bread gluten free</p>	<p>17 Pasta boloñesa con queso / Pasta with meat and tomato sauce and cheese (Sin gluten / Gluten free)</p> <p>Lomos de lenguado con brocoli / Sole with broccoli</p> <p>Yogur natural azucarado o fruta y pan sin gluten / Natural yogurt with sugar or fruit and bread gluten free</p>	<p>18 Crema de espinacas / Cream of Spinach</p> <p>Albóndigas de ternera con arroz / Meatballs with rice</p> <p>Uvas, leche y pan sin gluten / Grapes, milk and bread gluten free</p>
<p>21 Acelgas con bacon o puré de acelgas/ Chard with bacon or chard puree</p> <p>Hamburguesa de pollo con patatas fritas / Chicken Burger with french fries</p> <p>Piña, leche y pan.sin gluten / Pineapple, milk and bread gluten free</p>	<p>22 Arroz con tomate / Rice with tomato sauce</p> <p>Ternera con verduras / Veal in sauce with vegetables</p> <p>Petit Suisse o fruta y pan sin gluten / Yogurt or fruit and bread gluten free</p>	<p>23 Patatas con carne / Potatoes stew with meat</p> <p>Merluza con champiñones / Hake with mushrooms</p> <p>Plátano ,leche y pan sin gluten / Banana,milk and bread.gluten free</p>	<p>24 Lentejas con chorizo / Lentil stew with sausage</p> <p>Tortilla de calabacín / Zucchini omelette</p> <p>Yogur de fresa o fruta y pan sin gluten/ Strawberry yogurt or fruit and bread gluten free</p>	<p>25 Crema de calabaza/ Cream of pumpkin.</p> <p>Lasaña de atún / Tuna lasagna (Sin gluten / Gluten free)</p> <p>Mandarina, leche y pan sin gluten /Mandarin, milk and bread gluten free</p>

TODOS LOS ALUMNOS PODRÁN REPETIR LAS VECES QUE DESEEN, DESPUÉS DE HABER COMIDO EL PRIMER Y SEGUNDO PLATO.

***LAS GUARNICIONES DE VERDURAS SERÁN OPCIONALES PARA LOS ALUMNOS QUE LO DESEEN**

Es conveniente que los niños vengán bien desayunados al Colegio. El pescado será de las variedades: merluza, pescadilla, salmón, merluza... 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