

**Alérgicos a moluscos
y marisco**

MENÚ COMIDAS

	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<p>1 Crema de zanahoria con picatostes / Carrot cream with croutons</p> <p>Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with French fries</p> <p>Yogur natural azucarado o fruta y pan / Natural yogurt with sugar or fruit and bread</p>	<p>2 Pasta carbonara con queso rallado / Pasta carbonara with cheese</p> <p>Merluza al horno / Baked hake</p> <p>Uvas, leche y pan / Grapes, milk and bread</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 / Strawberry yogurt or fruit and bread</p>	<p>4 Judías verdes rehogadas / Green beans sautéed</p> <p>Emperador con ajo y perejil con ensalada de tomate, oregano y queso fresco / Swordfish with garlic and tomato, oregano and soft cheese</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.1,7</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 / Apple, milk and bread.1,7</p>	<p>9 Cocido complete (sopa,garbanzos,zanahoria,repollo,p atata,chorizo,jamónj,ternera y pollo) /Complete cocido (broth, chickpeas,potatoes,carrots, sausages,chicken, steak, cabbage, and ham)</p> <p>Melón , leche y pan / Melon, milk and bread.1,7</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 / Lemon yogurt or fruit and bread.1,7</p>	<p>11 Pasta con chorizo / Pasta with sausage</p> <p>Bacalao al horno con ensalada / Baked cod with salad</p> <p>Macedonia de frutas natural, leche y pan / Natural fruit salad, milk and bread.1,7</p>
	<p>14 Arroz con pollo / Rice with chicken</p> <p>Atún con cebolla / Tuna with onion</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.1,7</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 pan /Fruit salad Yogurt or fruit and bread. 1,7</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 /Apple, milk and bread.1,7</p>	<p>17 Pasta boloñesa con queso / Pasta with meat and tomato sauce and cheese</p> <p>Lomos de lenguado con brocoli / Sole with broccoli</p> <p>Yogur natural azucarado o fruta y pan / Natural yogurt with sugar or fruit and bread. 1,7</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./ Pineapple, milk and bread1,7</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 / Yogurt or fruit and bread.1,7</p>	<p>23 Patatas con carne / Potatoes stew with meat</p> <p>Merluza con champiñones / Hake with mushrooms</p> <p>Plátano ,leche y pan / Banana,milk and bread.1</p>	<p>25 Crema de calabaza/ Cream of pumpkin.</p> <p>Lasaña de atún / Tuna lasagna</p> <p>Mandarina, leche y pan /Mandarin, milk and bread.1,7</p>
	<p>28 Guisantes o pisto / Peas sautéed with ham or vegetables in tomato sauce</p> <p>Croquetas caseras / Homemade croquettes</p>	<p>30 Sopa de picadillo / Soup with meat and egg</p> <p>Emperador con habitas rehogadas / Swordfish with lightly fried beans</p>	<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, 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</p>	

10

October



Enjoy your



meal