

# MENÚ COMIDAS

10

October



Enjoy  
your



meal

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<p><b>1</b> 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><b>2</b> Pasta carbonara con queso rallado / Pasta carbonara with cheese</p> <p>Cinta de lomo a la plancha / Grilled pork</p> <p>Uvas, leche y pan / Grapes, milk and bread</p>	<p><b>3</b> 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><b>4</b> Judías verdes rehogadas / Green beans sautéed</p> <p>Tortilla con ensalada de tomate, oregano y queso fresco / Omelette with garlic and tomato, oregano and soft cheese</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.1,7</p>
<p><b>7</b> 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><b>8</b> Puré de verduras / Vegetables puree</p> <p>Pavo en salsa / Turkey in sauce</p> <p>Natillas o fruta y pan / Custard or fruit and bread.1,7</p>	<p><b>9</b> 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 / Melon, milk and bread.1,7</p>	<p><b>10</b> 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><b>11</b> Pasta con chorizo / Pasta with sausage</p> <p>Tortilla con ensalada / Omelette with salad</p> <p>Macedonia de frutas natural, leche y pan / Natural fruit salad, milk and bread.1,7</p>
<p><b>14</b> Arroz tres delicias / Chinese style rice</p> <p>Pollo en salsa / Chicken in sauce</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.1,7</p>	<p><b>15</b> 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><b>16</b> 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><b>17</b> Pasta boloñesa con queso / Pasta with meat and tomato sauce and cheese</p> <p>Tortilla con brocoli / Omelette with broccoli</p> <p>Yogur natural azucarado o fruta y pan / Natural yogurt with sugar or fruit and bread. 1,7</p>	<p><b>18</b> Crema de espinacas / Cream of Spinach</p> <p>Albóndigas de ternera con arroz / Meatballs with rice</p> <p>Uvas, leche y pan / Grapes, milk and bread. 1,7</p>
<p><b>21</b> 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><b>22</b> 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><b>23</b> Patatas con carne / Potatoes stew with meat</p> <p>Lacón a la plancha con champiñones / Grilled ham with mushrooms</p> <p>Plátano ,leche y pan / Banana,milk and bread.1</p>	<p><b>24</b> Lentejas con chorizo / Lentil stew with sausage</p> <p>Tortilla de calabacín / Zucchini omelette</p> <p>Yogur de fresa o fruta y pan / Strawberry yogurt or fruit and bread. 1,7</p>	<p><b>25</b> Crema de calabaza/ Cream of pumpkin.</p> <p>Lasaña de carne / Meat lasagna</p> <p>Mandarina, leche y pan /Mandarin, milk and bread.1,7</p>
<p><b>28</b> Guisantes o pisto / Peas sautéed with ham or vegetables in tomato sauce</p> <p>Croquetas caseras / Homemade croquettes</p> <p>Macedonia de frutas, leche y pan/Mixed</p>	<p><b>29</b> Judías pintas con arroz/ Pinto beans stew with rice</p> <p>Filete de pollo a la plancha / Grilled chicken</p> <p>Yogur de limón o fruta y pan /</p>	<p><b>30</b> Sopa de picadillo / Soup with meat and egg</p> <p>Filete de ternera con habitas rehogadas / Grilled veal steak with lightly fried beans</p>	<p><b>TODOS LOS ALUMNOS PODRÁN REPETIR LAS VECES QUE DESEEN, DESPUÉS DE HABER COMIDO EL PRIMER Y SEGUNDO PLATO.</b></p> <p><b>*LAS GUARNICIONES DE VERDURAS SERÁN OPCIONALES PARA LOS ALUMNOS QUE LO DESEEN</b></p> <p>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</p>	