



Enjoy your



meal

MENÚ COMIDAS

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
NO LECTIVO	<p>3 Paella de marisco / Rice with seafood.</p> <p>Hamburguesa de pollo / Burger chicken</p> <p>Yogur de limón o fruta y pan sin gluten / Lemon yogurt or fruit and bread gluten free</p>	<p>4 Judias blancas con verduras /Beans stew with vegetables</p> <p>Lacón a la gallega / Pork</p> <p>Naranja y pan sin gluten / Orange and bread gluten free</p>	<p>5 Sopa de cocido o sopa castellana / Broth or spanish broth</p> <p>Ternera en salsa con verduras y patatas / veal in sauce withvegetables and potatoes.</p> <p>Yogur natural o fruta y pan sin gluten / Natural yogurt or fruit and bread gluten free</p>	<p>6 Crema de verduras con picatostes sin gluten /Cream of vegetables with croutons without gluten</p> <p>Merluza a la plancha con guarnición de tomates al horno o ensalada de tomate Grilled hake with baked tomatoes or tomato salad.</p> <p>Manzana, leche y pan sin gluten / Apple, milk and bread gluten free</p>	
	<p>9 Judias verdes rehogadas / Green beans sauteed</p> <p>Filete de lomo fresco a la plancha con pimientos verdes/ Grilled pork with green peppers</p> <p>Plátano, leche y pan sin gluten / Banana, milk and bread gluten free</p>	<p>10 Crema de calabacin / Cream of zucchini</p> <p>Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries</p> <p>Petit suisse ,frutay pan sin gluten/ Yogurt, fruit and bread withut gluten</p>	<p>11 Macarrones con chorizo y salsa de tomate / Pasta with chorizo and tomato sauce.</p> <p>Bacalao al horno con calabacin a la plancha / Baked cod with grilled zucchini.</p> <p>Macedonia de frutas, leche y pan sin gluten / Fruit salad, milk and bread without gluten</p>	<p>12 Cocido completo(Sopa,garbanzo, repollo,patata,zanahoria, pollo,chorizo,jamón ternera)/Broth,chickpeas,cabbaggepotato, carrot,chicken,chorizo,ham and veal).</p> <p>Yogur de fresa o fruta y pan sin gluten / Strawberry yogurt or fruit and bread without gluten</p>	<p>13 Arroz con tomate / White rice with tomato sauce</p> <p>Salmón a la plancha con brócoli / Grilled salmon with broccoli.4</p> <p>Piña natural, leche y pan / Pineapple, milk and bread.1,7</p>
<p>16 Crema de acelgas y zanahorias o acelgas rehogadas / Cream of chards and carrots or chards sauteed</p> <p>Croquetas caseras de jamón sin gluten / Homemade ham croquettes gluten freee</p> <p>Fresas, leche y pan sin gluten / Strawberries, milk and bread gluten freee</p>	<p>17 Patatas guisadas con carne / Potatoes stew with meat</p> <p>Cabracho al horno con champiñones / Baked fish with mushrooms.</p> <p>Yogur de macedonia o fruta y pan sin gluten/ Fruit salad yogurt or fruit and bread gluten free</p>	<p>18 Sopa de cocido / Broth.</p> <p>Lasaña de carne sin guten / Meat lasagna without gluten</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.</p>	<p>19 Judias pintas con arroz /Pinto beans stew with rice.</p> <p>Filete de pollo a la plancha con ensalada / Grilled chicken with salad.</p> <p>Yogur natural o fruta y pan sin gluten / Natural yogurt or fruit and bread gluten free</p>	<p>20 Pasta con atún / Pasta with tuna.</p> <p>Gallo al horno con verduras / Baked fish with vegetables.</p> <p>Naranja y pan sin gluten / Orange and bread gluten free</p>	
<p>23 Arroz tres delicias / Rice style chinesse</p> <p>Filete de pavo adobado con ensalada de pimientos rojos / Grilled turkey with red peppers salad.</p> <p>Macedonia de frutas, leche y pan sin gluten / Fruit salad, milk and bread without gluten</p>	<p>24 Guisantes con jamón / Peas with ham</p> <p>Cinta de lomo con patatas panaderas y pimientos verdes fritos / Grilled pork with baked potatoes and green peppers</p> <p>Natillas, fruta y pan singluten / Custard, fruit and bread without gluten</p>	<p>25 Pasta carbonara / Pasta with carbonara sauce.</p> <p>Merluza al horno con brócoli / Grilled hake with broccoli.</p> <p>Manzana, leche y pan sin gluten / Fruit, milk and bread without gluten</p>	<p>26 Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables</p> <p>Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled veal steak with salad</p> <p>Yogur de limón o fruta y pan sin gluten / Lemon yogurt or fruit and bread gluten free</p>	<p>27 Crema de verduras / Cream of vegetables</p> <p>Salmón a la plancha con tomates al horno o ensalada de tomate / Grilled salmon with baked tomatoes or tomato salad.</p> <p>Plátano, leche y pan sin gluten / Banana, milk and bread gluten free</p>	
<p>30 Menestra de verduras o judias verdes / Vegetables sauteed or green beans sauteed</p> <p>Albóndigas de ternera con salsa de tomate y patatas dado / Meatballs in tomato sauce with cubed potatoes.</p>	<p>31 Patatas guisadas a la riojana / Potatoes stew with chorizo</p> <p>Bacalao al horno con champiñones / Baked cod with mushrooms.</p> <p>Yogur de macedonia o fruta y pan sin gluten /Fruit salad yogurt or fruit and bread</p>	<p>TODOS LOS ALUMNOS PODRÁN REPETIR LAS VECES QUE DESEEN, DESPUÉS DE HABER COMIDO EL PRIMER Y SEGUNDO PLATO. LAS GUARNICIONES DE VERDURA SON OPCIONALES. 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. Información disponible en materia de alergias e intolerancias. Soliciten información en enfermería.</p>			