

Alérgicos a la lactosa y proteínas de la leche

MENÚ COMIDAS

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
NO LECTIVO	<p>3 Paella de marisco / Rice with seafood. Hamburguesa de pollo / Burger chicken Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread</p>	<p>4 Judías blancas con verduras /Beans stew with vegetables Lacón a la gallega / Pork Naranja y pan / Orange and bread.1</p>	<p>5 Sopa de cocido o sopa castellana / Broth or spanish broth Ternera en salsa con verduras y patatas / veal in sauce withvegetables and potatoes. Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread</p>	<p>6 Crema de verduras con picatostes /Cream of vegetables with croutons. Merluza a la romana con guarnición de tomates al horno o ensalada de tomate Baked fish with baked tomatoes or tomato salad. Manzana leche de soja y pan / Apple, soy milk and bread.</p>	
<p>9 Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed Filete de lomo fresco a la plancha con pimientos verdes/ Grilled pork with green peppers Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread</p>	<p>10 Crema de calabacin / Cream of zucchini Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread</p>	<p>11 Macarrones con chorizo y salsa de tomate / Pasta with chorizo and tomato sauce. Bacalao al horno con calabacin a la plancha / Baked cod with grilled zucchini., Macedonia de frutas, leche de soja y pan / Fruit salad, soy milk and bread.</p>	<p>12 Cocido completo(Sopa,garbanzo, repollo,patata,zanahoria, pollo,chorizo,jamón ternera)/Broth,chickpeas,cabbagepotato,carrot,chicken,chorizo,ham and veal).1,3 Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread</p>	<p>13 Arroz con tomate / White rice with tomato sauce Salmón a la plancha con brócoli / Grilled salmon with broccoli. Piña , leche de soja y pan / Pineapple, soy milk and bread.</p>	
<p>16 Crema de acelgas y zanahorias o acelgas rehogadas / Cream of chards and carrots or chards sauteed Croquetas caseras de jamón sin leche / Homemade ham croquettes without milk Fresas, leche de soja y pan / Strawberries, soy milk and bread.</p>	<p>17 Patatas guisadas con carne / Potatoes stew with meat Cabracho al horno con champiñones / Baked fish with mushrooms. Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread</p>	<p>18 Sopa de cocido / Broth. Lasaña de carne sin leche / Meat lasagna without milk Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread</p>	<p>19 Judías pintas con arroz /Pinto beans stew with rice Filete de pollo a la plancha con ensalada / Grilled chicken with salad Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread</p>	<p>20 Pasta con atún / Pasta with tuna. Gallo al horno con verduras / Baked fish with vegetables. Naranja y pan / Orange and bread.</p>	
<p>23 Arroz tres delicias / Rice style chinessa. Filete de pavo adobado con ensalada de pimientos rojos / Grilled turkey with red peppers salad Macedonia de frutas, leche de soja y pan / Fruit salad, soy milk and bread.</p>	<p>24 Guisantes con jamón / Peas with ham chinese. Cinta de lomo con patatas panaderas y pimientos verdes fritos / Grilled pork with baked potatoes and green peppers Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread</p>	<p>25 Pasta con salsa de tomate / Pasta with tomato sauce. Merluza al horno con brócoli / Grilled hake with broccoli Manzana leche de soja y pan / Apple, soy milk and bread.</p>	<p>26 Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled veal steak with salad Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert or fruit and bread</p>	<p>27 Crema de verduras / Cream of vegetables Salmón a la plancha con tomates al horno o ensalada de tomate / Grilled salmon with baked tomatoes or tomato salad. Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread</p>	
<p>30 Menestra de verduras o judías verdes / Vegetables sauteed or green beans sauteed Albóndigas de ternera con salsa de tomate y patatas dado / Meatballs in tomato sauce with cubed potatoes. Fresas, leche de soja y pan / Strawberries, soy milk and bread</p>	<p>31 Patatas guisadas a la riojana / Potatoes stew with chorizo Bacalao al horno con champiñones / Baked cod with mushrooms. Postre lácteo de soja o fruta y pan / Soy dairy dessert 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, 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 alérgicos e intolerancias. Soliciten información en enfermería.</p>			



Enjoy your



meal