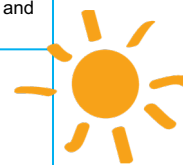


MENÚ COMIDAS

Alérgicos a F.Secos

10

October



Enjoy your



meal

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			<p>1 Lentejas guisadas con verduras/ Lentil stew with vegetables</p> <p>Filete de ternera / Grilled veal steak</p> <p>Yogur natural y pan /Natural yogurt and bread</p>	<p>2 Pasta boloñesa / Pasta with meat and tomato sauce</p> <p>Bacalao a la plancha con champiñones / Grilled hake with mushrooms</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread</p>
<p>5 Paella Valenciana / Valencian style rice dish with chicken and vegetables</p> <p>Cinta de lomo a la plancha con pimientos verdes / Grilled pork with green peppers</p> <p>Manzana, leche y pan/Apple, milk and brea</p>	<p>6 Cocido completo : sopa, garbanzos, patata, zanahoria, repollo, chorizo, pollo, ternera y jamón / Complete cocido (broth, chickpeas, potatoes, carrots, sausage, chicken, steak and ham)</p> <p>Natillas y pan/Pudding and bread</p>	<p>7 Crema de calabaza /Cream of pumpkin</p> <p>Merluza a la romana con patas fritas / Breaded hake with French fries</p> <p>Mandarina y pan / Mandarin and bread</p>	<p>8 Pasta con atún y tomate / Pasta with tuna and tomato sauce</p> <p>Filete de pollo a la plancha con ensalada / Grilled chicken with salad.</p> <p>Yogur de fresa y pan/ Strawberry yogurt and bread</p>	<p>9 Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed</p> <p>Lasaña de carne / Meat lasagna</p> <p>Macedonia de fruta, leche y pan / Fruit salad, milk and bread</p>
<p>12</p> <p>FIESTA</p>	<p>13 Guisantes con jamón / Peas sauteed with ham</p> <p>Chuletas de pavo con patatas fritas / Turkey chops with french fries</p> <p>Yogur de limón y pan / Lemon yogurt and bread</p>	<p>14 Pasta boloñesa /Bolognese pasta</p> <p>Lenguado al horno / Baked fish</p> <p>Plátano, pan y leche./ Banana , milk and bread</p>	<p>15 Crema espinacas / Cream of spinach</p> <p>Albóndigas de ternera con arroz/ Meatballs with rice</p> <p>Yogur natural y pan/ Natural yogurt with sugar, and bread</p>	<p>16 Judías blancas guisadas /White bean stew</p> <p>Tortilla con ensalada /Omelette with salad</p> <p>Uvas, pan y leche / Grapes, bread and milk.</p>
<p>19 Arroz blanco con salsa de tomate / White rice with tomtó sauce</p> <p>Ternera con verduras / Veal in sauce with vegetables</p> <p>Manzana, leche y pan / Apple, milk and bread</p>	<p>20 Crema de acelgas y zanahoria / Cream of chard and carrot</p> <p>Hamburguesa de pollo con patatas fritas / Chicken burger with French fries</p> <p>Petit-suisse/ y pan / Yogurt and bread</p>	<p>21 Patatas guisadas con carne / Potatoes stew with meat</p> <p>Bacalao a la plancha con ensalada/ Grilled hake with salad</p> <p>Plátano, pan y leche / Banana, milk and bread</p>	<p>22 Lentejas guisadas con verduras / Lentil stew with vegetables.</p> <p>San Jacabo casero / Homemade breaded cheese and ham</p> <p>Yogur de macedonia y pan / Fruit salad yogurt and bread</p>	<p>23 Sopa de picadillo / Soup with boiled egg and ham</p> <p>Salmón con ensalada de tomate / Salmon with tomato salad</p> <p>Mandarina y pan / Mandarin and bread</p>
<p>26 Judías verdes con jamón / Green beans with ham</p> <p>Croquetas caseras con ensalada / Homemade croquettes with salad</p> <p>Macedonia de frutas, leche y pan /Mixed fruit salad, milk and bread</p>	<p>27 Pasta con chorizo / Pasta with sausag</p> <p>Merluza al horno / Baked Cod</p> <p>Yogur de fresa, y pan / Strawberry yogurt, and bread</p>	<p>28 Crema de verduras / Cream of vegetables</p> <p>Filete de ternera con ensalada / Grilled veal steak with salad</p> <p>Manzana, leche y pan / Apple, milk and bread</p>	<p>29 Judías pintas con arroz / Pinto beans stew with rice</p> <p>Lenguado a la plancha / Grilled fish</p> <p>Yogur de limón o fruta y pan / Lemon yogurt or fruit and bread</p>	<p>30 Sopa de cocido / Broth</p> <p>Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with French fries</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread</p>

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