

Sugerencia CENAS

<p><b>11</b> Dorada al horno con patatas panaderas / Baked fish with baked potatoes  Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread</p>	<p><b>12</b> Acelgas rehogadas / Chard sauteed  San Jacobo casero / Breaded ham and cheese  Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>13</b> Hamburguesa de ternera con ensalada completa de espinacas frescas / Grilled Burger with complete spinach salad  Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread</p>	<p><b>14</b> Crema de verduras / Cream of vegetables  Mero en salsa / Mere in sauce  Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>15</b> Sopa / Soup  Chuletas de pavo / Turkey chops  Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread</p>
<p><b>18</b> Sopa de verduras / Vegetables soup  Empanadillas de atún caseras / Homemade tuna pasty  Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread</p>	<p><b>19</b> Alcachofas con jamón / Artichokes with ham  Salchichas de pavo / Turkey sausages  Fruta, leche y pan fruit, milk and bread</p>	<p><b>20</b> Berenjenas al horno rellenas de carne, verduras y queso / Baked stuffed eggplants with meat, vegetables and cheese  Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread</p>	<p><b>21</b> Espárragos verdes a la plancha/ Grilled green asparagus  Magro con tomate / Lean with tomato sauce  Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>22</b> Crema de espinacas / Cream of spinach  Bacaladitos rebozados / Breaded fish  Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread</p>
<p><b>25</b> Crema de calabaza / Cream of pumpkin  Lacón a la plancha / Grilled ham  Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread</p>	<p><b>26</b> Consomé / Consomme  Salmón con verduras al horno / Grilled salmon with vegetables  Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>27</b> Canelones de verdura / Vegetable cannelloni  Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread</p>	<p><b>28</b> Tortilla de calabacin con pisto / Zucchini omelette with vegetables in tomato sauce  Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>29</b> Lombarda con manzana, piñones y pasas / Red cabbage with raisins, pine nuts and apple  Bacalao a la plancha / Grilled cod  Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit 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 vengan 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.

