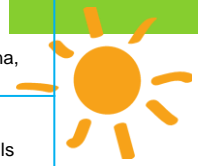


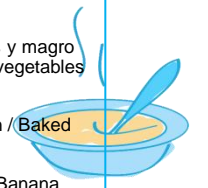
Alérgicos a la lactosa y proteínas de la leche

MENÚ COMIDAS

10
October



Enjoy your



meal

| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|--|--|---|---|--|
| | | | | 1 Pasta con atún y salsa de tomate / Pasta with tuna and tomato sauce Contramuslos de pollo al horno / Roasted chicken Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread. |
| 4 Guisantes con jamón / Peas with ham Albóndigas de ternera con salsa de tomate / Meatballs in tomato sauce Macedonia natural de fruta, leche de soja y pan / Natural fruit salad, soy milk and bread. | 5 Crema de calabaza con picatostes / Cream of pumpkin Dorada a la plancha con ensalada de tomate / Grilled fish with Postre lácteo de soja, fruta y pan / Soy dairy dessert, fruit and bread. | 6 Paella Valenciana / Valencian style rice Tiras de pavo con verduras / Turkey with vegetables Melón, leche de soja y pan / Melon, soy milk and bread. | 7 Brócoli rehogado con ajo y cebolla / Broccoli with garlic and onion sauteed Macarrones boloñesa con hierbas provenzales / Bolognese pasta with fresh herbs Postre lácteo de soja, fruta y pan / Soy dairy dessert, fruit and bread. | 8 Lentejas guisadas con chorizo / Lentils stew with chorizo Merluza al horno encebollada / Baked hake with onion Manzana, leche de soja y pan / Apple, soy milk and bread. |
| 11 NO LECTIVO | 12 FESTIVO | 13 Arroz con salsa de tomate frito / Rice with tomato sauce Tortilla de calabacín con ensalada / Zucchini omelette with salad Uvas, leche de soja y pan / Grapes, soy milk and bread | 14 Puré de verduras / Vegetables puree Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries Postre lácteo de soja, fruta y pan / Soy dairy dessert, fruit and bread. | 15 Judías blancas con chorizo / White beans stew with chorizo. Bacalao al horno con tomate aliñado / Baked fish with tomato salad Manzana, leche de soja y pan / Fruit, soy milk and bread. |
| 18 Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed Cinta de lomo a la plancha con patatas fritas / Grilled pork with french fries Macedonia natural de fruta, leche de soja y pan / Natural fruit salad, soy milk and bread. | 19 Pasta con verduras / Pasta with vegetables Dorada a la plancha con guarnición (lombarda, manzana y ajo) / Grilled fish with red cabbage, carrot, apple, onion and corn Postre lácteo de soja, fruta y pan / Soy dairy, fruit and bread. | 20 Cocido completo sopa, garbanzos, repollo, zanahoria, patata, pollo, jamón, chorizo y ternera) / Complete cocido (broth, chickpeas, cabbage, carrot, potato, chicken, ham, chorizo and veal.1,3 Uvas, leche de soja y pan / Grapes, soy milk and bread. | 21 Puré de espinacas / Spinach puree Pastel de carne / Meat cake Postre lácteo de soja, fruta y pan / Soy dairy dessert, fruit and bread. | 22 Patatas guisadas con verduras y magro de cerdo / Potatoes stew with vegetables and meat Merluza a la plancha con limón / Baked fish with lemon Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread. |
| 25 Menestra de verduras / Vegetables sauteed Croquetas caseras sin leche con ensalada / Homemade croquettes without milk with salad Mandarina, leche de soja y pan / Mandarin, soy milk and bread. | 26 Judías pintas con arroz / Pinto beans stew with rice Bacalao con pisto / Cod with vegetables in tomato sauce Postre lácteo de soja, fruta y pan / Soy dairy dessert, fruit and bread. | 27 Puré de calabacín y puerro / Zucchini and leek puree Filete de pavo a la plancha con pimientos verdes fritos / Grilled turkey with green peppers Manzana, leche de soja y pan / Apple, soy milk and bread. | 28 Pasta con salsa de tomate y chorizo / Pasta with chorizo and cheese Merluza con ajo perejil / Hake with garlic and parsley Postre lácteo de soja, fruta y pan / Soy dairy dessert, fruit and bread. | 29 Sopa de cocido / Broth Carrillera de ternera con salsa de verduras y patatas / Veal in vegetables sauce with potatoes Uvas, leche de soja y pan / Grapes, soy milk and bread. |

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 alergias e intolerancias. Soliciten información en enfermería.