



Be
healthy,
live
healthy

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				<p>1 Pisto casero / Homemade vegetables in tomato sauce</p> <p>Salchichas de pavo a la plancha / Grilled turkey sausages</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>
<p>4 Sopa de verduras / Vegetable soup</p> <p>Pimientos rellenos de melva / Stuffed peppers with fish</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p>5 San jacobito casero con patatas / Homemade breaded ham and cheese with french fries</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>6 Coliflor gratinada / Baked cauliflower</p> <p>Gallo a la plancha / Grilled fish</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p>7 Crema de calabacín / Cream of zucchini</p> <p>Tortilla francesa / Omelette</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>8 Espárragos a la plancha / Grilled green asparagus</p> <p>Alitas de pollo al horno / Baked chicken wings</p> <p>Potro lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>
<p>11 NO LECTIVO</p>	<p>12 FESTIVO</p>	<p>13 Ensalada de judías verdes / Green beans salad</p> <p>Sepia a la plancha / Grilled sepia</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p>14 Canelones de carne con ensalada de espinacas / Meat cannelloni with spinach salad</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>15 Crema de champiñones / Mushrooms cream</p> <p>Hamburguesa de ternera a la plancha / Grilled burger</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>
<p>18 Sopa de marisco / Seafood soup</p> <p>Croquetas caseras de merluza / Homemade hake croquettes</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p>19 Acelgas rehogadas con patata cocida / chard sautéed with boiled potato</p> <p>Filete de ternera a la plancha / Grilled veal steak</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>20 Crema de puerros / Cream of leek</p> <p>Trucha rellena de bacon / Stuffed trout with bacon</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p>21 Parrilla de verduras / Grilled vegetables</p> <p>Magro en salsa/ Lean in sauce</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>22 Berenjenas al horno rellenas de queso y verduras/ Baked stuffed aubergine with cheese and vegetables</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>
<p>25 Crema de calabaza / Cream of pumpkin</p> <p>Salmón a la plancha / Grilled salmon</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p>26 Brócoli rehogado / Broccoli sautéed</p> <p>Escalopin de ternera / Veal steak in sauce</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>27 Revuelto de champiñones con huevo / Mushrooms sautéed with egg</p> <p>Lubina al horno / Baked fish</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert and bread</p>	<p>28 Hamburguesa de pollo con patatas panaderas / Chicken burger with baked potatoes</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>29 Ensalada de pimientos rojos / Red peppers salad</p> <p>Bacaladitos rebozados / Breaded fish</p> <p>Postre lácteo y pan / Dairy dessert 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.