



Be
healthy,
live
healthy

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<p>5 Salmón al horno con patatas panaderas / Baked salmon with baked potatoes</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>6 Coliflor al horno gratinada / Baked cauliflower in sauce</p> <p>Filete de ternera a la plancha / Grilled veal steak</p> <p>Postre lácteo, fruta y pan / Dairy dessert, fruit and bread</p>	<p>7 Solomillos de cerdo en salsa con ensalada de espinacas frescas / Pork in sauce with fresh spinach salad</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>8 Parrilla de verduras / Grilled vegetables</p> <p>Salchichas de pavo a la plancha / Grilled turkey sausages</p> <p>Postre lácteo, fruta y pan / Dairy dessert, fruit and bread</p>	<p>9 Lombarda rehogada con piñones, manzana y pasas / Red cabbage sauteed with pine nuts, apple and raisins</p> <p>Gallo a la plancha / Grilled fish</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>
<p>12 Brócoli rehogado / Broccoli sauteed</p> <p>Lacón a la plancha con patata cocida / Grilled ham with boiled potatoes</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>13 Lubina al horno con guarnición de verduras / Baked fish with vegetables</p> <p>Postre lácteo, fruta y pan / Dairy dessert, fruit and bread</p>	<p>14 Berenjenas rellenas de carne y verduras con queso / Stuffed eggplants with meat and vegetables with cheese</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>15 Acelgas rehogadas / Chard sauteed</p> <p>Alitas de pollo al horno / Baked chicken wings</p> <p>Postre lácteo, fruta y pan / Dairy dessert, fruit and bread</p>	<p>16 Espárragos con mayonesa / Asparagus with mayo</p> <p>Bacaladitos rebozados / Breaded fish</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>
<p>19 Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed</p> <p>Chuleta de cerdo a la plancha / Grilled pork chop</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>20 Sopa de marisco / Seafood soup</p> <p>Tortilla francesa con queso / Cheese omelette</p> <p>Postre lácteo, fruta y pan / Dairy dessert, fruit and bread</p>	<p>21 Hamburguesa de ternera a la plancha con patatas fritas y ensalada / Grilled burger with french fries and salad</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>22 Chipirones encebollados con arroz blanco / Squids with onion and white rice</p> <p>Postre lácteo, fruta y pan / Dairy dessert, fruit and bread</p>	<p>23 Ensalada completa / Full salad</p> <p>Filete de pavo a la plancha / Grilled turkey</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>
<p>26 Lasaña de verduras / Vegetables lasagna</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>27 Trucha rellena de bacon con tomates al horno / Stuffed trout with bacon with baked tomatoes</p> <p>Postre lácteo, fruta y pan / Dairy dessert, fruit and bread</p>	<p>28 Revuelto con huevos de trigueros y gambas / Scrambled eggs with green asparagus and prawns</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p>29 Redondo de ternera con puré de patata casero / Veal in sauce with homemade mashed potato</p> <p>Postre lácteo, fruta y pan / Dairy dessert, fruit and bread</p>	<p>30 Crema de puerros / Cream of leeks</p> <p>Lenguado a la plancha / Grilled fish</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, 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 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.