

**Alérgicos a legumbres**

**10**

**October**



*Enjoy your*



*meal*

**MENÚ COMIDAS**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>patatas guisadas con carne / Potatoes stew with meat</p> <p>Tortilla de patata con pimientos verdes fritos / Potatoes omelette with green peppers fried.</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>4</b></p> <p>Sopa / Soup</p> <p>Merluza al horno con ensalada de tomate / Grilled hake with tomato salad</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>5</b></p> <p>Arroz con tomate / Rice with tomato sauce.</p> <p>Cinta de lomo al ajillo con ensalada de pimientos rojos / Grilled pork with red peppers salad,</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.</p>	<p><b>6</b></p> <p>Crema de calabacin / Cream of zucchini.</p> <p>Redondo de ternera con patatas asadas / Veal in sauce with baked potatoes.</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>7</b></p> <p>Macarrones con chorizo y salsa de tomate / Pasta with chorizo and tomato sauce.</p> <p>Dorada a la plancha con guarnición de lombarda / Grilled fish with red cabbage.</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.</p>
<p><b>10</b></p> <p>Patatas guisadas / Potatoes stew.</p> <p>Chuletas de pavo a la plancha con ensalada / Grilled turkey chops with salad.</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.</p>	<p><b>11</b></p> <p>Paella de verduras y pollo / Rice with vegetables and chicken.</p> <p>Salmón al horno con tomates asados / Baked salmon with baked tomatoes.</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.</p>	<p><b>12</b></p> <p><b>FIESTA</b></p>	<p><b>13</b></p> <p>Crema de calabaza / Cream of pumpkin.</p> <p>Albóndigas de ternera con arroz / Meatballs with rice.</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>14</b></p> <p>Cocido completo: Sopa., patata, zanahoria, repollo, chorizo, pollo ternera y jamón / Complete cocido ( Broth,potato, carrot, cabbage, sausage, chicken, steak and ham).</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.</p>
<p><b>17</b></p> <p>Sopa / Soup</p> <p>Filete ruso de ternera con patatas fritas / Grilled burger with french fries.</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>18</b></p> <p>Arroz con tomate / Rice with tomato sauce.</p> <p>Dorada a la plancha con ensalada / Grilled fish with salad.</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>19</b></p> <p>Crema de espinacas / Spinach cream.</p> <p>Cinta de lomo en salsa de setas / Pork in mushrooms sauce.</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.1</p>	<p><b>20</b></p> <p>Arroz con tomate / Rice with tomato sauce</p> <p>Contramuslos de pollo al horno con verduras / Baked chicken with vegetables.</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>21</b></p> <p>Macarrones carbonara / Pasta with carbonara sauce.</p> <p>Bacalao al horno con champiñones / Baked cod with mushrooms.</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.</p>
<p><b>24</b></p> <p>Brócoli rehogado / Broccoli sauteed.</p> <p>Macarrones boloñesa / Pasta with meat and tomato sauce.</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.</p>	<p><b>25</b></p> <p>Arroz tres delicias / Chinese style rice</p> <p>Merluza al horno con ajo, perejil y limón / Baked hake with garlic, parsley and lemon.</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>26</b></p> <p>Sopa de cocido / Broth</p> <p>Hamburguesa de pollo de corral con patatas fritas / Chicken burger with french fries.</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread</p>	<p><b>27</b></p> <p>Patatas guisadas / Potatoes stew.</p> <p>Croquetas caseras con pisto / Homemade croquettes with vegetables in tomato sauce.</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.</p>	<p><b>28</b></p> <p>Crema de verduras / Cream of vegetables.</p> <p>Lasaña de atún / Tuna lasagna.</p> <p>Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.</p>
<p><b>31</b></p> <p><b>NO LECTIVO</b></p>	<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.</p>			