

DESAYUNOS

01

January



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Leche con nesquik, zumo natural con galletas variadas y cereales / Chocolate milk, natural juice biscuits and cereals 1,3,6,7,11*

Fruta / Fruit

Leche con nesquik, zumo natural y pan con embutido / Chocolate milk, natural juice and cereal 1,6,7*

Fruta /Fruit

Leche con nesquik, zumo natural con magdalenas de aceite de oliva / Chocolat milk , natural juice and olive oil muffins.1,3,7

Fruta /Fruit

Leche con nesquik, zumo natural con tostadas, mantequilla y mermelada, aceite o embutido / Chocolate milk, natural juice, toast with butter and jam or olive oil or salami 1,3,6,7,11

Fruta / Fruit

Leche con nesquik, zumo natural con galletas variadas y cereales / Chocolate milk, natural juice biscuits and cereals 1,3,6,7,11*

Fruta / Fruit

Para los niños que presentan intolerancia al gluten: pastas Guillón sin gluten, magdalenas brioches sin gluten, galletas sin gluten, y cereales recubiertos de chocolate sin gluten.



Sugerencia DESAYUNOS

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Leche, zumo y cereales / Milk, juice and cereal

Leche, pieza de fruta y galletas / Milk, fruit and cookies

Leche, zumo y tostadas con mantequilla y mermelada / Milk, juice, and toast with butter and jam

Leche, pieza de fruta y bizcocho/ Milk, fruit and cake

Leche, zumo y pan de leche con jamón / Milk, juice and bread with ham

a.m

Start strong



Sugerencia MERIENDAS

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Zumo, sandwich de pavo y pieza de fruta / Juice, turkey sandwich and fruit

Leche, montado de jamón york y pieza de fruta / milk, ham finger sandwich and fruit

Zumo, sandwich de chorizo y pieza de fruta / Juice, chorizo sandwich and fruit

Leche, montado de queso y pieza de fruta / milk, cheese finger sandwich and fruit

Batido, sandwich de salchichón y pieza de fruta / Milkshake, sausage sandwich and fruit



p.m

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

January



Alérgenos que pueden contener los alimentos:

1. Cereales que contienen gluten
2. Crustáceos o productos a base de crustáceos
3. Huevos y productos a base de huevo
4. Pescado y productos a base de pescado
5. Cacahuetes y productos a base de cacahuetes
6. Soja y productos a base de soja
7. Leche y sus derivados (incluida lactosa)
8. Frutos de cáscara
9. Apio y productos derivados.
10. Mostaza y productos derivados
11. Granos de sésamo y productos a base de granos de sésamo
12. Dióxido de azufre y sulfitos
13. Altramuces y productos a base de altramuces
14. Moluscos y productos a base de moluscos.

Bon
appetit!

<p>10 Arroz con tomate / Rice with tomato sauce</p> <p>Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled pork with salad</p> <p>Manzana, leche y pan / Apple, milk and bread.1,7</p>	<p>11 Guisantes rehogados / Peas sauteed</p> <p>Lasaña de atún / Tuna lasagna.1,3,4,7</p> <p>o Empanadillas de atún / Tuna pasty.1,3,4</p> <p>Yogur de limón o fruta y pan / Lemon yogurt or fruit and bread.1,7</p>	<p>12 Crema de espinacas / Spinach cream</p> <p>o Espinacas rehogadas / Spinach sauteed</p> <p>Contramuslos de pollo con verduras y patatas fritas / Chicken with vegetables and french fries</p> <p>Macedonia natural de fruta, leche y pan / Natural fruit salad, milk and bread.1,7</p>	<p>13 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</p> <p>Yogur natural o fruta y pan / Natural yogurt or fruit and bread.1,7</p>	<p>14 Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed</p> <p>Bacalao con patata cocida / Cod with vegetables with boiled potatoes.4</p> <p>o Bacalao a la plancha / Grilled cod.4</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.1,7</p>
<p>17 Crema de calabaza / Cream of pumpkin</p> <p>Chuletas de pavo a la plancha con patatas fritas / Grilled turkey chops</p> <p>Naranja y pan / Orange and bread.1</p>	<p>18 Patatas a la riojana / Potatoes stew with chorizo.</p> <p>Dorada a la plancha con tomate aliñado / Grilled fish with tomato salad.4</p> <p>Yogur de macedonia o fruta y pan / Fruit salad yogurt or fruit and bread.1,7</p>	<p>19 Sopa de picadillo (con huevo cocido y jamón) / Soup (with boiled egg and ham).1,3</p> <p>Lomo en salsa de setas / Pork in mushrooms sauce.</p> <p>o Cinta de lomo a la plancha / Grilled pork</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.1,3</p>	<p>20 Brócoli rehogado con ajo / Broccoli sauteed with garlic</p> <p>Pasta boloñesa con queso / Pasta with meat, tomato sauce and cheese.1,3,7</p> <p>Yogur de fresa o fruta y pan / Strawberry yogurt or fruit and bread.1,7</p>	<p>21 Lentejas con verduras y patata cocida / Lentil stew with vegetables and boiled potatoes</p> <p>Salmón a la plancha con ensalada / Grilled salmon with salad.4</p> <p>Uvas, leche y pan / Grapes, milk and bread.1,7</p>
<p>24 Arroz con verduras y pollo / Rice with chicken and vegetables</p> <p>Merluza con ensalada de pimientos rojos y huevo cocido / Hake with red peppers and boiled egg salad.3,4</p> <p>Naranja y pan / Orange and bread.1,7</p>	<p>25 Sopa de cocido /Broth.1,3</p> <p>o Sopa castellana / Soup with bread and garlic.1,3</p> <p>Carrilleras en salsa de verduras con patatas dado / Veal stew in vegetables sauce with potatoes</p> <p>Natillas ,fruta y pan / Custard, fruit and bread.1,7</p>	<p>26 Pasta carbonara / Pasta with carbonara sauce.1,3,7,9,10</p> <p>o Pasta con salsa de tomate / Pasta with tomato sauce.1,3</p> <p>Dorada al horno con tomate aliñado / Baked fish with tomato salad.4</p> <p>Manzana, leche y pan /Apple , milk and bread.1,7</p>	<p>27 Menestra de verduras / Vegetables sauteed</p> <p>o Alcachofas rehogadas / Artichokes sauteed</p> <p>Filete de pavo a la plancha con puré de patata / Grilled chicken with mashed puree.1,3,6,7,9</p> <p>Yogur natural o fruta y pan / Natural yogurt or fruit and bread.1,7</p>	<p>28 Judías blancas guisadas / Beans stew</p> <p>Tortilla de patata y calabacín con ensalada / Potatoes and zucchini omelette with salad.3</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.1,7</p>
<p>31 Crema de acelgas y zanahoria / Cream of chard and carrot</p> <p>o Acelgas rehogadas / Chard sauteed</p> <p>Croquetas caseras de jamón con pisto / Homemade ham croquettes with vegetables in tomato sauce.1,3,7</p> <p>Uvas, leche y pan / Grapes, milk and bread.1,7</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 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.</p> <p>Información disponible en materia de alergias e intolerancias. Soliciten información en enfermería.</p>			

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>10 Arroz blanco / White rice Tortilla francesa / Omelette Fruta y pan / Fruit and bread</p>	<p>11 Patatas cocidas con pollo / Boiled potatoes with chicken Pescado a la plancha / Grilled fish Yogur natural y pan / Natural yogurt and bread</p>	<p>12 Crema de patata y zanahoria / Cream of potatoes and carrot Filete de pollo a la plancha / Grilled chicken Fruta y pan / Fruit and bread</p>	<p>13 Sopa / Soup Lacón a la plancha / Grilled ham Yogur natural y pan / Natural yogurt and bread</p>	<p>14 Pasta cocida / Boiled pasta Pescado a la plancha / Grilled fish Fruta y pan / Fruit and bread</p>
<p>17 Crema de calabaza / Cream of pumpkin Filete de pavo a la plancha / Grilled turkey Fruta y pan / Fruit and bread</p>	<p>18 Patatas cocidas con pollo / Boiled potatoes with chicken Pescado a la plancha / Grilled fish Yogur natural y pan / Natural yogurt and bread</p>	<p>19 Sopa / Broth Tortilla francesa / Omelette Fruta y pan / Fruit and bread</p>	<p>20 Pasta cocida / Boiled pasta Lacón a la plancha / Grilled ham Yogur natural y pan / Natural yogurt and bread</p>	<p>21 Arroz blanco / White rice Pescado a la plancha / Grilled fish Fruta y pan / Fruit and bread</p>
<p>24 Arroz blanco / White rice Pescado al horno / Baked fish Fruta y pan / Fruit and bread</p>	<p>25 Sopa / Broth Filete de pollo a la plancha / Grilled chicken Yogur natural y pan / Natural yogurt and bread</p>	<p>26 Pasta cocida / Boiled pasta Pescado a la plancha / Grilled fish Fruta y pan / Fruit and bread</p>	<p>27 Crema zanahoria y patata / Cream of carrot and potatoes Filete de pavo a la plancha / Grilled turkey Yogur natural y pan / Natural yogurt and bread</p>	<p>28 Patatas cocidas con pollo / Boiled potatoes with chicken Tortilla francesa / Omelette Fruta y pan / Fruit and bread</p>
<p>31 Crema de calabaza / Cream of pumpkin Filete de pavo a la plancha / Grilled turkey Fruta y pan / Fruit and bread</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 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.</p>			



Enjoy your



meal



Be
healthy,
live
healthy

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<p>10 Coliflor rehogada / Cauliflower sauteed. Calamares a la romana / Breaded squids. Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread</p>	<p>11 Berenjenas rellenas de carne y verduras al horno con queso / Baked stuffed eggplant with meat and vegetables with cheese. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.</p>	<p>12 Salmón al horno con patatas panadera y ensalada de tomate/ Baked salmon with baked potatoes and tomato salad. Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread</p>	<p>13 Crema de champiñones / Cream of mushrooms. Alitas de pollo al horno / Baked chicken wings. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.</p>	<p>14 Ensalada completa / Complete salad. Hamburguesa de ternera casera con patatas fritas / Grilled homemade burger with french fries. Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread.</p>
<p>17 Sopa de cocido / Broth. Rape en salsa/ Fish in sauce. Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread.</p>	<p>18 Filete de ternera con puré de patata / Grilled veal steak chops with mashed potatoes. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.</p>	<p>19 Acelgas rehogadas con patata cocida / Chards sauteed with boiled potatoes. Salchichas de pavo / Turkey sausages. Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread.</p>	<p>20 Espárragos con mayonesa / Asparagus with mayo. Bacaladitos rebozados / Breaded fish. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.</p>	<p>21 Tortilla de patata con pimientos verdes fritos / Potato omelette with green peppers. Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread</p>
<p>24 Crema de puerros / Cream of leeks. Solomillos de cerdo a la plancha / Grilled pork. Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread.</p>	<p>25 Revuelto de champiñones con huevo/ Mushrooms sauteed with egg. Sepia a la plancha / Grille cuttlefish. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.</p>	<p>26 Parrillada de verduras / Grilled vegetables. Magro en salsa / Lean in sauce. Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread.</p>	<p>27 Lombarda rehogada con pasas, manzana y piñones / Red cabbage sauteed with raisins, apple and pine nuts. Lubina al horno / Baked fish. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.</p>	<p>28 Consomé con picatostes / Broth with croutons. Pimientos rellenos de carne y verdura / Peppers stuffed with meat and vegetables. Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread.</p>
<p>31 Sopa de marisco / Seafood soup Gallo a la plancha / Grilled fish Postre lácteo o fruta y pan / Dairy dessert or fruit and bread.</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>				

Sugerencia CENAS

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01
January

Alérgenos que pueden contener los alimentos:

1. Cereales que contengan gluten
2. Crustáceos o productos a base de crustáceos
3. Huevos y productos a base de huevo
4. Pescado y productos a base de pescado
5. Cacahuets y productos a base de cacahuets
6. Soja y productos a base de soja
7. Leche y sus derivados (incluida lactosa)
8. Frutos de cáscara
9. Apio y productos derivados.
10. Mostaza y productos derivados
11. Granos de sésamo y productos a base de granos de sésamo-
12. Dióxido de azufre y sulfitos
13. Altramuces y productos a base de altramuces
14. Moluscos y productos a base de moluscos.

10
Puré de verduras con ternera /
vegetables puree with steak

Yogur y pan / Yoghurt,
bread.1,7

11
Puré de verduras con pescado /
Vegetables puree with fish.4

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

12
Puré de verduras con pollo /
Vegetables puree with chicken

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

13
Puré de verduras con ternera /
vegetables puree with steak

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

14
Puré de verduras con pescado /
Vegetables puree with fish.4

Yogur y pan / Yoghurt,
bread.1,7

17
Puré de verduras con pollo /
Vegetables puree with chicken

Yogur y pan / Yoghurt,
bread.1,7

18
Puré de verduras con pescado /
Vegetables puree with fish.4

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

19
Puré de verduras con ternera /
vegetables puree with steak

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

20
Puré de verduras con pollo / Vegetables
puree with chicken

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

21
Puré de verduras con pescado /
Vegetables puree with fish.4

Yogur y pan / Yoghurt,
bread.1,7

24
Puré de verduras con pollo /
Vegetables puree with chicken

Yogur y pan / Yoghurt,
bread.1,7

25
Puré de verduras con ternera /
vegetables puree with steak

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

26
Puré de verduras con pescado /
Vegetables puree with fish.4

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

27
Puré de verduras con ternera /
vegetables puree with steak

Yogur y pan / Yoghurt, bread.1,7

28
Puré de verduras con pollo /
Vegetables puree with chicken

Yogur y pan / Yoghurt,
bread.1,7

31
Puré de verduras con pollo /
Vegetables puree with chicken

Yogur y pan / Yoghurt,
bread.1,7

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.

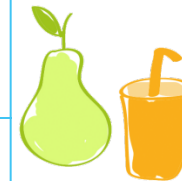
Bon
appetit!

MENÚ COMIDAS

1er Ciclo Infantil

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>10 Puré de frutas variadas / Fruit puree</p> <p>Montado de pavo / Turkey finger sandwich.1</p> <p>Leche / Milk.7</p>	<p>11 Puré de frutas variadas / Fruit puree</p> <p>Yogur natural / Natural yogurt.7</p> <p>Fruta variada del tiempo / Fruit</p>	<p>12 Puré de frutas variadas / Fruit puree</p> <p>Montado de salchichón / Sausage finger sandwich.1,6,7</p> <p>Yogur natural / Natural yogurt.7</p>	<p>13 Puré de frutas variadas / Fruit puree</p> <p>Montado de jamón york / Ham finger sandwich.1</p> <p>Fruta variada del tiempo / Fruit</p>	<p>14 Puré de frutas variadas / Fruit puree</p> <p>Montado de queso / Cheese finger sandwich.1;7</p> <p>Zumo natural / Natural juice.</p>
<p>17 Puré de frutas variadas / Fruit puree</p> <p>Montado de jamón york / Ham finger sandwich.1</p> <p>Yogur natural / Natural yogurt.7</p>	<p>18 Puré de frutas variadas / Fruit puree</p> <p>Montado de salchichón / Sausage finger sandwich. 1,6,7</p> <p>Fruta variada del tiempo / Fruit</p>	<p>19 Puré de frutas variadas / Fruit puree</p> <p>Yogur natural con fruta / Natural yogurt with fruit. 7</p>	<p>20 Puré de frutas variadas / Fruit puree</p> <p>Montado de queso / Cheese finger sandwich.1,7</p> <p>Fruta variada del tiempo / Fruit</p>	<p>21 Puré de frutas variadas / Fruit puree</p> <p>Montado de pavo / Turkey finger sandwich.1</p> <p>Leche / milk.7</p>
<p>24 Puré de frutas variadas / Fruit puree</p> <p>Montado de jamón york / Ham finger sandwich..1</p> <p>Leche / Milk.7</p>	<p>25 Puré de frutas variadas / Fruit puree</p> <p>Montado de queso / Cheese finger sandwich.1,7</p> <p>Fruta variada del tiempo / Fruit</p>	<p>26 Puré de frutas variadas / Fruit puree</p> <p>Yogur natural con fruta / Natural yogurt with fruit. 7</p>	<p>27 Puré de frutas variadas / Fruit puree</p> <p>Montado de pavo / Turkey finger sandwich.1</p> <p>Fruta variada del tiempo / Fruit</p>	<p>28 Puré de frutas variadas / Fruit puree</p> <p>Montado de salchichón / Sausage Finger sandwich.1,6,7</p> <p>Zumo natural / Natural juice.</p>
<p>31 Puré de frutas variadas / Fruit puree</p> <p>Montado de pavo / Turkey finger sandwich.1</p> <p>Yogur natural / Natural yogurt.7</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>			

Have a snack p.m



- Alérgenos que pueden contener los alimentos:
1. Cereales que contengan gluten
 2. Crustáceos o productos a base de crustáceos
 3. Huevos y productos a base de huevo
 4. Pescado y productos a base de pescado
 5. Cacahuets y productos a base de cacahuets
 6. Soja y productos a base de soja
 7. Leche y sus derivados (incluida lactosa)
 8. Frutos de cáscara
 9. Apio y productos derivados.
 10. Mostaza y productos derivados
 11. Granos de sésamo y productos a base de granos de sésamo-
 12. Dióxido de azufre y sulfitos
 13. Altramuces y productos a base de altramuces
 14. Moluscos y productos a base de moluscos.

Alérgicos a la lactosa y proteínas de la leche

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

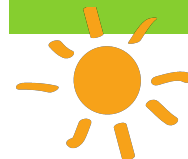
JUEVES

VIERNES

<p>10 Arroz con tomate / Rice with tomato sauce Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled pork with salad Manzana, leche de soja y pan / Apple, soy milk and bread.1</p>	<p>11 Guisantes rehogados / Peas sauteed Pastel de atún / Tuna cake Yogur de soja , fruta y pan / Soy yogurt, fruit and bread</p>	<p>12 Crema de espinacas / Spinach cream Contramuslos de pollo con verduras y patatas fritas / Chicken with vegetables and french fries Macedonia natural de fruta, leche de soja y pan / Natural fruit salad, soy milk and bread</p>	<p>13 Cocido completo sopa, garbanzos, repollo, zanahoria, patata, pollo, jamón, chorizo y ternera) / Complete cocido (broth,chickpeas, cabbage, carrot, potato, chicken, ham, chorizo and veal. Yogur de soja , fruta y pan / Soy yogurt, fruit and bread</p>	<p>14 Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed Bacalao con patata cocida / Cod with vegetables with boiled potatoes. Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread</p>
<p>17 Crema de calabaza / Cream of pumpkin Chuletas de pavo a la plancha con patatas fritas / Grilled turkey chops Naranja y pan / Orange and bread.</p>	<p>18 Patatas a la riojana / Potatoes stew with chorizo. Dorada a la plancha con tomate aliñado / Grilled fish with tomato salad. Yogur de soja , fruta y pan / Soy yogurt, fruit and bread</p>	<p>19 Sopa de picadillo (con huevo cocido y jamón) / Soup (with boiled egg and ham). Lomo en salsa de setas / Pork in mushrooms sauce. Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread</p>	<p>20 Brócoli rehogado con ajo / Broccoli sauteed with garlic Pasta boloñesa / Pasta with meat and tomato sauce Yogur de soja , fruta y pan / Soy yogurt, fruit and bread</p>	<p>21 Lentejas con verduras y patata cocida / Lentil stew with vegetables and boiled potatoes Salmón a la plancha con ensalada / Grilled salmon with salad. Uvas, leche de soja y pan / Grapes, soy milk and bread</p>
<p>24 Arroz con verduras y pollo / Rice with chicken and vegetables Merluza con ensalada de pimientos rojos y huevo cocido / Hake with red peppers and boiled egg salad Naranja, y pan / Orange and bread.</p>	<p>25 Sopa de cocido /Broth. Carrilleras en salsa de verduras con patatas dado / Veal stew in vegetables sauce with potatoes Yogur de soja , fruta y pan / Soy yogurt, fruit and bread</p>	<p>26 Pasta con salsa de tomate / Pasta with tomato sauce. Dorada al horno con tomate aliñado / Baked fish with tomato salad Manzana, leche de soja y pan / Apple, soy, milk and bread.</p>	<p>27 Menestra de verduras / Vegetables sauteed Filete de pavo a la plancha con puré de patata sin leche / Grilled chicken with mashed puree without milk Yogur de soja , fruta y pan / Soy yogurt, fruit and bread</p>	<p>28 Judías blancas guisadas / Beans stew Tortilla de patata y calabacín con ensalada / Potatoes and zucchini omelette with salad. Plátano, leche de soja y pan / Banana, soy milk and bread</p>
<p>31 Crema de acelgas y zanahoria / Cream of chard and carrot Nugget de pollo con pisto / Chicken nugget with vegetables in tomato sauce. Uvas, leche de soja y pan / Grapes, soy milk and bread</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 alérgicos e intolerancias. Soliciten información en enfermería.</p>			

MENÚ COMIDAS

01
January



Enjoy your



meal

alérgicos a moluscos y marisco

MENÚ COMIDAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>10 Arroz con tomate / Rice with tomato sauce</p> <p>Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled pork with salad</p> <p>Manzana, leche y pan / Apple, milk and bread.</p>	<p>11 Guisantes rehogados / Peas sauteed</p> <p>Lasaña de atún / Tuna lasagna.</p> <p>Yogur de limón o fruta y pan / Lemon yogurt or fruit and bread.</p>	<p>12 Crema de espinacas / Spinach cream</p> <p>Contramuslos de pollo con verduras y patatas fritas / Chicken with vegetables and french fries</p> <p>Macedonia natural de fruta, leche y pan / Natural fruit salad, milk and bread.</p>	<p>13 Cocido completo: sopa, garbanzos, repollo, zanahoria, patata, pollo, jamón, chorizo y ternera) / Complete cocido (broth, chickpeas, cabbage, carrot, potato, chicken, ham, chorizo and veal.</p> <p>Yogur natural o fruta y pan / Natural yogurt or fruit and bread.</p>	<p>14 Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed</p> <p>Bacalao con patata cocida / Cod with vegetables with boiled potatoes.</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.</p>
<p>17 Crema de calabaza / Cream of pumpkin</p> <p>Chuletas de pavo a la plancha con patatas fritas / Grilled turkey chops</p> <p>Naranja y pan / Orange and bread.</p>	<p>18 Patatas a la riojana / Potatoes stew with chorizo.</p> <p>Dorada a la plancha con tomate aliñado / Grilled fish with tomato salad.</p> <p>Yogur de macedonia o fruta y pan / Fruit salad yogurt or fruit and bread.</p>	<p>19 Sopa de picadillo (con huevo cocido y jamón) / Soup (with boiled egg and ham).</p> <p>Lomo en salsa de setas / Pork in mushrooms sauce.</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread</p>	<p>20 Brócoli rehogado con ajo / Broccoli sauteed with garlic</p> <p>Pasta boloñesa con queso / Pasta with meat, tomato sauce and cheese.</p> <p>Yogur de fresa o fruta y pan / Strawberry yogurt or fruit and bread.</p>	<p>21 Lentejas con verduras y patata cocida / Lentil stew with vegetables and boiled potatoes</p> <p>Salmón a la plancha con ensalada / Grilled salmon with salad.</p> <p>Uvas, leche y pan / Grapes, milk and bread.</p>
<p>24 Arroz con verduras y pollo / Rice with chicken and vegetables</p> <p>Merluza con ensalada de pimientos rojos y huevo cocido / Hake with red peppers and boiled egg salad.</p> <p>Naranja, y pan / Orange and bread.</p>	<p>25 Sopa de cocido / Broth.</p> <p>Carrilleras en salsa de verduras con patatas dado / Veal stew in vegetables sauce with potatoes</p> <p>Natillas, fruta y pan / Custard, fruit and bread.</p>	<p>26 Pasta carbonara / Pasta with carbonara sauce.</p> <p>Dorada al horno con tomate aliñado / Baked fish with tomato salad.</p> <p>Manzana, leche y pan / Apple, milk and bread.</p>	<p>27 Menestra de verduras / Vegetables sauteed</p> <p>Filete de pavo a la plancha con puré de patata / Grilled chicken with mashed puree.</p> <p>Yogur natural o fruta y pan / Natural yogurt or fruit and bread.</p>	<p>28 Judías blancas guisadas / Beans stew</p> <p>Tortilla de patata y calabacín con ensalada / Potatoes and zucchini omelette with salad.</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.</p>
<p>31 Crema de acelgas y zanahoria / Cream of chard and carrot</p> <p>Croquetas caseras de jamón con pisto / Homemade ham croquettes with vegetables in tomato sauce.</p> <p>Uvas, leche y pan / Grapes, milk and bread.</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 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.</p>			



Enjoy your



meal

Alérgicos al huevo

MENÚ COMIDAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>10 Arroz con tomate / Rice with tomato sauce</p> <p>Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled pork with salad</p> <p>Manzana, leche y pan / Apple, milk and bread.</p>	<p>11 Guisantes rehogados / Peas sauteed</p> <p>Pastel de atún / Tuna cake</p> <p>Yogur de limón o fruta y pan / Lemon yogurt or fruit and bread.</p>	<p>12 Crema de espinacas / Spinach cream</p> <p>Contramuslos de pollo con verduras y patatas fritas / Chicken with vegetables and french fries</p> <p>Macedonia natural de fruta, leche y pan / Natural fruit salad, milk and bread.</p>	<p>13 Cocido completo sopa, garbanzos, repollo, zanahoria, patata, pollo, jamón, chorizo y ternera) / Complete cocido (broth, chickpeas, cabbage, carrot, potato, chicken, ham, chorizo and veal.</p> <p>Yogur natural o fruta y pan / Natural yogurt or fruit and bread.</p>	<p>14 Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed</p> <p>Bacalao con patata cocida / Cod with vegetables with boiled potatoes.</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.</p>
<p>17 Crema de calabaza / Cream of pumpkin</p> <p>Chuletas de pavo a la plancha con patatas fritas / Grilled turkey chops</p> <p>Naranja y pan / Orange and bread.</p>	<p>18 Patatas a la riojana / Potatoes stew with chorizo.</p> <p>Dorada a la plancha con tomate aliñado / Grilled fish with tomato salad.</p> <p>Yogur de macedonia o fruta y pan / Fruit salad yogurt or fruit and bread.</p>	<p>19 Sopa de cocido / Broth</p> <p>Lomo en salsa de setas / Pork in mushrooms sauce.</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.</p>	<p>20 Brócoli rehogado con ajo / Broccoli sauteed with garlic</p> <p>Pasta boloñesa con queso / Pasta with meat, tomato sauce and cheese.</p> <p>Yogur de fresa o fruta y pan / Strawberry yogurt or fruit and bread</p>	<p>21 Lentejas con verduras y patata cocida / Lentil stew with vegetables and boiled potatoes</p> <p>Salmón a la plancha con ensalada / Grilled salmon with salad.</p> <p>Uvas, leche y pan / Grapes, milk and bread.</p>
<p>24 Arroz con verduras y pollo / Rice with chicken and vegetables</p> <p>Merluza con ensalada de pimientos rojos / Hake with red peppers and salad.</p> <p>Naranja, y pan / Orange and bread.</p>	<p>25 Sopa de cocido / Broth</p> <p>Carrilleras en salsa de verduras con patatas dado / Veal stew in vegetables sauce with potatoes</p> <p>Natillas ,fruta y pan / Custard, fruit and bread.</p>	<p>26 Pasta con salsa de tomate / Pasta with tomato sauce.</p> <p>Dorada al horno con tomate aliñado / Baked fish with tomato salad.</p> <p>Manzana, leche y pan / Apple , milk and bread.</p>	<p>27 Menestra de verduras / Vegetables sauteed</p> <p>Filete de pavo a la plancha con puré de patata sin huevo / Grilled chicken with mashed puree without egg.</p> <p>Yogur natural o fruta y pan / Natural yogurt or fruit and bread.</p>	<p>28 Judías blancas guisadas / Beans stew</p> <p>Cinta de lomo con ensalada / Pork with salad.</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.</p>
<p>31 Crema de acelgas y zanahoria / Cream of chard and carrot</p> <p>Nugget de pollo con pisto / Chicken nugget with vegetables in tomato sauce</p> <p>Uvas, leche y pan / Grapes, milk and bread</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.</p> <p>Información disponible en materia de alergias e intolerancias. Soliciten información en enfermería.</p>			

01
January



Enjoy your



meal

Alérgicos a la soja

01
January

MENÚ COMIDAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>10 Arroz con tomate / Rice with tomato sauce</p> <p>Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled pork with salad</p> <p>Manzana, leche y pan / Apple, milk and bread</p>	<p>11 Guisantes rehogados / Peas sauteed</p> <p>Lasaña de atún / Tuna lasagna</p> <p>Yogur de limón o fruta y pan / Lemon yogurt or fruit and bread</p>	<p>12 Crema de espinacas / Spinach cream</p> <p>Contramuslos de pollo con verduras y patatas fritas / Chicken with vegetables and french fries</p> <p>Macedonia natural de fruta, leche y pan / Natural fruit salad, milk and bread.</p>	<p>13 Cocido completo sopa, garbanzos, repollo, zanahoria, patata, pollo, jamón, chorizo y ternera) / Complete cocido (broth, chickpeas, cabbage, carrot, potato, chicken, ham, chorizo and veal.</p> <p>Yogur natural o fruta y pan / Natural yogurt or fruit and bread.</p>	<p>14 Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed</p> <p>Bacalao con patata cocida / Cod with vegetables and boiled potatoes.</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.</p>
<p>17 Crema de calabaza / Cream of pumpkin</p> <p>Chuletas de pavo a la plancha con patatas fritas / Grilled turkey chops</p> <p>Naranja y pan / Orange and bread</p>	<p>18 Patatas a la riojana / Potatoes stew with chorizo</p> <p>Dorada a la plancha con tomate aliñado / Grilled fish with tomato salad</p> <p>Yogur de macedonia o fruta y pan / Fruit salad yogurt or fruit and bread.</p>	<p>19 Sopa de picadillo (con huevo cocido y jamón) / Soup (with boiled egg and ham)</p> <p>Lomo en salsa de setas / Pork in mushrooms sauce</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread</p>	<p>20 Brócoli rehogado con ajo / Broccoli sauteed with garlic</p> <p>Pasta boloñesa con queso / Pasta with meat, tomato sauce and cheese</p> <p>Yogur de fresa o fruta y pan / Strawberry yogurt or fruit and bread.</p>	<p>21 Lentejas con verduras y patata cocida / Lentil stew with vegetables and boiled potatoes</p> <p>Salmón a la plancha con ensalada / Grilled salmon with salad</p> <p>Uvas, leche y pan / Grapes, milk and bread.</p>
<p>24 Arroz con verduras y pollo / Rice with chicken and vegetables</p> <p>Merluza con ensalada de pimientos rojos y huevo cocido / Hake with red peppers and boiled egg salad</p> <p>Naranja, y pan / Orange and bread.</p>	<p>25 Sopa de cocido / Broth</p> <p>Carrilleras en salsa de verduras con patatas dado / Veal stew in vegetables sauce with potatoes</p> <p>Natillas ,fruta y pan / Custard, fruit and bread.</p>	<p>26 Pasta carbonara / Pasta with carbonara sauce</p> <p>Dorada al horno con tomate aliñado / Baked fish with tomato salad</p> <p>Manzana, leche y pan / Apple , milk and bread.</p>	<p>27 Menestra de verduras / Vegetables sauteed</p> <p>Filete de pavo a la plancha con puré de patata sin soja / Grilled chicken with mashed puree without soy</p> <p>Yogur natural o fruta y pan / Natural yogurt or fruit and bread.</p>	<p>28 Judías blancas guisadas / Beans stew</p> <p>Tortilla de patata y calabacín con ensalada / Potatoes and zucchini omelette with salad</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.</p>
<p>31 Crema de acelgas y zanahoria / Cream of chard and carrot</p> <p>Croquetas caseras de jamón con pisto / Homemade ham croquettes with vegetables in tomato sauce</p> <p>Uvas, leche y pan / Grapes, milk and bread.</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 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.</p> <p>Información disponible en materia de alergias e intolerancias. Soliciten información en enfermería.</p>			



Enjoy your



meal

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<p>10 Arroz con tomate / Rice with tomato sauce Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled pork with salad Manzana, leche y pan / Apple, milk and bread</p>	<p>11 Guisantes rehogados / Peas sauteed Lasaña de atún / Tuna lasagna Yogur de limón o fruta y pan / Lemon yogurt or fruit and bread</p>	<p>12 Crema de espinacas / Spinach cream Contramuslos de pollo con verduras y patatas fritas / Chicken with vegetables and french fries Macedonia natural de fruta, leche y pan / Natural fruit salad, milk and bread.</p>	<p>13 Cocido completo (sopa, garbanzos, repollo, zanahoria, patata, pollo, jamón, chorizo y ternera) / Complete cocido (broth, chickpeas, cabbage, carrot, potato, chicken, ham, chorizo and veal). Yogur natural o fruta y pan / Natural yogurt or fruit and bread.</p>	<p>14 Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed Bacalao con patata cocida / Cod with vegetables and boiled potatoes. Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.</p>
<p>17 Crema de calabaza / Cream of pumpkin Chuletas de pavo a la plancha con patatas fritas / Grilled turkey chops Naranja y pan / Orange and bread</p>	<p>18 Patatas a la riojana / Potatoes stew with chorizo Dorada a la plancha con tomate aliñado / Grilled fish with tomato salad Yogur de macedonia o fruta y pan / Fruit salad yogurt or fruit and bread.</p>	<p>19 Sopa de picadillo (con huevo cocido y jamón) / Soup (with boiled egg and ham) Lomo en salsa de setas / Pork in mushrooms sauce Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread</p>	<p>20 Brócoli rehogado con ajo / Broccoli sauteed with garlic Pasta boloñesa con queso / Pasta with meat, tomato sauce and cheese Yogur de fresa o fruta y pan / Strawberry yogurt or fruit and bread.</p>	<p>21 Lentejas con verduras y patata cocida / Lentil stew with vegetables and boiled potatoes Salmón a la plancha con ensalada / Grilled salmon with salad Uvas, leche y pan / Grapes, milk and bread.</p>
<p>24 Arroz con verduras y pollo / Rice with chicken and vegetables Merluza con ensalada de pimientos rojos y huevo cocido / Hake with red peppers and boiled egg salad Naranja, y pan / Orange and bread.</p>	<p>25 Sopa de cocido / Broth Carrilleras en salsa de verduras con patatas dado / Veal stew in vegetables sauce with potatoes Natillas, fruta y pan / Custard, fruit and bread.</p>	<p>26 Pasta carbonara / Pasta with carbonara sauce Dorada al horno con tomate aliñado / Baked fish with tomato salad Manzana, leche y pan / Apple, milk and bread.</p>	<p>27 Menestra de verduras / Vegetables sauteed Filete de pavo a la plancha con puré de patata / Grilled chicken with mashed puree Yogur natural o fruta y pan / Natural yogurt or fruit and bread.</p>	<p>28 Judías blancas guisadas / Beans stew Tortilla de patata y calabacín con ensalada / Potatoes and zucchini omelette with salad Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.</p>
<p>31 Crema de acelgas y zanahoria / Cream of chard and carrot Croquetas caseras de jamón con pisto / Homemade ham croquettes with vegetables in tomato sauce Uvas, leche y pan / Grapes, milk and bread.</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 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.</p>				



Enjoy your



meal



Enjoy your



meal

Alérgicos a legumbres

MENÚ COMIDAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>10</p> <p>Carne con tomate / Rice with tomato sauce</p> <p>Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled pork with salad</p> <p>Manzana, leche y pan / Apple, milk and bread.</p>	<p>11</p> <p>Patatas guisadas con carne / Potatoes stew with meat</p> <p>Lasaña de atún / Tuna lasagna.</p> <p>Yogur de limón o fruta y pan / Lemon yogurt or fruit and bread.</p>	<p>12</p> <p>Crema de espinacas / Spinach cream</p> <p>Contramuslos de pollo con verduras y patatas fritas / Chicken with vegetables and french fries</p> <p>Macedonia natural de fruta, leche y pan / Natural fruit salad, milk and bread.</p>	<p>13</p> <p>Cocido completo sopa, repollo, zanahoria, patata, pollo, jamón, chorizo y ternera) / Complete cocido (broth, cabbage, carrot, potato, chicken, ham, chorizo and veal.</p> <p>Yogur natural o fruta y pan / Natural yogurt or fruit and bread</p>	<p>14</p> <p>Pasta con salsa de tomate / Pasta with tomato sauce</p> <p>Bacalao con patata cocida / Cod with vegetables with boiled potatoes.</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.</p>
<p>17</p> <p>Crema de calabaza / Cream of pumpkin</p> <p>Chuletas de pavo a la plancha con patatas fritas / Grilled turkey chops</p> <p>Naranja y pan / Orange and bread.</p>	<p>18</p> <p>Patatas a la riojana / Potatoes stew with chorizo.</p> <p>Dorada a la plancha con tomate aliñado / Grilled fish with tomato salad.</p> <p>Yogur de macedonia o fruta y pan / Fruit salad yogurt or fruit and bread.</p>	<p>19</p> <p>Sopa de picadillo (con huevo cocido y jamón) / Soup (with boiled egg and ham).1</p> <p>Lomo en salsa de setas / Pork in mushrooms sauce.</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.</p>	<p>20</p> <p>Brócoli rehogado con ajo / Broccoli sauteed with garlic</p> <p>Pasta boloñesa con queso / Pasta with meat, tomato sauce and cheese.</p> <p>Yogur de fresa o fruta y pan / Strawberry yogurt or fruit and bread.</p>	<p>21</p> <p>Arroz con salsa de tomate / Rice with tomato sauce</p> <p>Salmón a la plancha con ensalada / Grilled salmon with salad.</p> <p>Uvas, leche y pan / Grapes, milk and bread.</p>
<p>24</p> <p>Arroz con verduras y pollo / Rice with chicken and vegetables</p> <p>Merluza con ensalada de pimientos rojos y huevo cocido / Hake with red peppers and boiled egg salad</p> <p>Naranja, y pan / Orange and bread.</p>	<p>25</p> <p>Sopa de cocido /Broth.</p> <p>Carrilleras en salsa de verduras con patatas dado / Veal stew in vegetables sauce with potatoes</p> <p>Natillas ,fruta y pan / Custard, fruit and bread.</p>	<p>26</p> <p>Pasta con salsa de tomate / Pasta with tomato sauce.</p> <p>Dorada al horno con tomate aliñado / Baked fish with tomato salad.</p> <p>Manzana, leche y pan /Apple , milk and bread.</p>	<p>27</p> <p>Alcachofas rehogadas / Artichokes sauteed</p> <p>Filete de pavo a la plancha con puré de patata / Grilled chicken with mashed potato puree.</p> <p>Yogur natural o fruta y pan / Natural yogurt or fruit and bread.</p>	<p>28</p> <p>Puré de verduras / Vegetables puree</p> <p>Tortilla de patata y calabacín con ensalada / Potatoes and zucchini omelette with salad.</p> <p>Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.</p>
<p>31</p> <p>Crema de acelgas y zanahoria / Cream of chard and carrot</p> <p>Croquetas caseras de jamón con pisto / Homemade ham croquettes with vegetables in tomato sauce.</p> <p>Uvas, leche y pan / Grapes, milk and bread.</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>			

Alérgicos al pescado

MENÚ COMIDAS

01
January



Enjoy your



meal

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>10 Arroz con tomate / Rice with tomato sauce Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled pork with salad Manzana, leche y pan / Apple, milk and bread.</p>	<p>11 Guisantes rehogados / Peas sauteed Lasaña de carne / Meat lasagna. Yogur de limón o fruta y pan / Lemon yogurt or fruit and bread.</p>	<p>12 Crema de espinacas / Spinach cream Contramuslos de pollo con verduras y patatas fritas / Chicken with vegetables and french fries Macedonia natural de fruta, leche y pan / Natural fruit salad, milk and bread.</p>	<p>13 Cocido completo sopa, garbanzos, repollo, zanahoria, patata, pollo, jamón, chorizo y ternera) / Complete cocido (broth, chickpeas, cabbage, carrot, potato, chicken, ham, chorizo and veal. Yogur natural o fruta y pan / Natural yogurt or fruit and bread.</p>	<p>14 Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed Cinta de lomo / Pork Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread.</p>
<p>17 Crema de calabaza / Cream of pumpkin Chuletas de pavo a la plancha con patatas fritas / Grilled turkey chops Naranja y pan / Orange and bread.</p>	<p>18 Patatas a la riojana / Potatoes stew with chorizo. Tortilla francesa con tomate aliñado / Omelette with tomato salad Yogur de macedonia o fruta y pan / Fruit salad yogurt or fruit and bread.</p>	<p>19 Sopa de picadillo (con huevo cocido y jamón) / Soup (with boiled egg and ham). Lomo en salsa de setas / Pork in mushrooms sauce. Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread</p>	<p>20 Brócoli rehogado con ajo / Broccoli sauteed with garlic Pasta boloñesa con queso / Pasta with meat, tomato sauce and cheese. Yogur de fresa o fruta y pan / Strawberry yogurt or fruit and bread.</p>	<p>21 Lentejas con verduras y patata cocida / Lentil stew with vegetables and boiled potatoes Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled pork with salad Uvas, leche y pan / Grapes, milk and bread</p>
<p>24 Arroz con verduras y pollo / Rice with chicken and vegetables Tortilla francesa / Omelette Naranja, y pan / Orange and bread.</p>	<p>25 Sopa de cocido / Broth. Carrilleras en salsa de verduras con patatas dado / Veal stew in vegetables sauce with potatoes Natillas ,fruta y pan / Custard, fruit and bread</p>	<p>26 Pasta carbonara / Pasta with carbonara sauce. Cinta de lomo / Pork Manzana, leche y pan /Apple , milk and bread.</p>	<p>27 Menestra de verduras / Vegetables sauteed Filete de pavo a la plancha con puré de patata / Grilled chicken with mashed puree Yogur natural o fruta y pan / Natural yogurt or fruit and bread.</p>	<p>28 Judías blancas guisadas / Beans stew Tortilla de patata y calabacín con ensalada / Potatoes and zucchini omelette with salad. Plátano, leche y pan / Banana, milk and bread</p>
<p>31 Crema de acelgas y zanahoria / Cream of chard and carrot Croquetas caseras de jamón con pisto / Homemade ham croquettes with vegetables in tomato sauce Uvas, leche y pan / Grapes, milk and bread.</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>			

10
Arroz con tomate / Rice with tomato sauce

Filete de ternera a la plancha con ensalada / Grilled pork with salad

Manzana, leche y pan sin gluten / Apple, milk and bread gluten free

11
Guisantes rehogados / Peas sauteed

Pastel de atún / Tuna cake .

Yogur de limón o fruta y pan sin gluten / Lemon yogurt or fruit and bread gluten free

12
Crema de espinacas / Spinach cream

Contramuslos de pollo con verduras y patatas fritas / Chicken with vegetables and french fries

Macedonia natural de fruta, leche y pan sin gluten / Natural fruit salad, milk and bread gluten free

13
Cocido completo sopa, garbanzos, repollo, zanahoria, patata, pollo, jamón, chorizo y ternera) / Complete cocido (broth, chickpeas, cabbage, carrot, potato, chicken, ham, chorizo and veal.

Yogur natural o fruta y pan sin gluten / Natural yogurt or fruit and bread gluten free

14
Judías verdes rehogadas / Green beans sauteed

Bacalao con patata cocida / Cod with vegetables and boiled potatoes.

Plátano, leche y pan sin gluten / Banana, milk and bread gluten free

17
Crema de calabaza / Cream of pumpkin

Chuletas de pavo a la plancha con patatas fritas / Grilled turkey chops

Naranja y pan sin gluten / Orange and bread gluten free

18
Patatas a la riojana / Potatoes stew with chorizo.

Dorada a la plancha con tomate aliñado / Grilled fish with tomato salad

Yogur de macedonia o fruta y pan sin gluten / Fruit salad yogurt or fruit and bread gluten free

19
Sopa de picadillo (con huevo cocido y jamón) / Soup (with boiled egg and ham).1

Lomo en salsa de setas / Pork in mushrooms sauce.

Plátano, leche y pan sin gluten / Banana, milk and bread gluten free

20
Brócoli rehogado con ajo / Broccoli sauteed with garlic

Pasta boloñesa con queso / Pasta with meat, tomato sauce and cheese.

Yogur de fresa o fruta y pan sin gluten / Strawberry yogurt or fruit and bread gluten free

21
Lentejas con verduras y patata cocida / Lentil stew with vegetables and boiled potatoes

Salmón a la plancha con ensalada / Grilled salmon with salad.

Uvas, leche y pan sin gluten / Grapes, milk and bread gluten free

24
Arroz con verduras y pollo / Rice with chicken and vegetables

Merluza con ensalada de pimientos rojos y huevo cocido / Hake with red peppers and boiled egg salad.

Naranja, y pan sin gluten / Orange and bread gluten free

25
Sopa de cocido / Broth.

Carrilleras en salsa de verduras con patatas dado / Veal stew in vegetables sauce with potatoes

Natillas, fruta y pan sin gluten / Custard, fruit and bread gluten free

26
Pasta con salsa de tomate / Pasta with tomato sauce.

Dorada al horno con tomate aliñado / Baked fish with tomato salad

Manzana, leche y pan sin gluten / Apple, milk and bread gluten free

27
Menestra de verduras / Vegetables sauteed

Filete de pavo a la plancha con puré de patata sin gluten / Grilled chicken with mashed puree without gluten.

Yogur natural o fruta y pan sin gluten / Natural yogurt or fruit and bread gluten free

28
Judías blancas guisadas / Beans stew

Tortilla de patata y calabacín con ensalada / Potatoes and zucchini omelette with salad

Plátano, leche y pan sin gluten / Banana, milk and bread gluten free

31
Crema de acelgas y zanahoria / Cream of chard and carrot

Nugget de pollo con pisto / Chicken nugget with vegetables in tomato sauce.

Uvas, leche y pan sin gluten / Grapes, milk and bread without gluten

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.



Enjoy your



meal