ARCÁNGEL INTERNATIONAL SCHOOL

colegio-arcángel.com

09 September

DESAYUNOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Leche con nesquik, zumo natural, con galletas variadas / Chocolat milk, natural juice and biscuits 1,3,6,7,11* Fruta / Fruit	Leche con nesquik, zumo natural y pan con embutido / Chocolat milk, natural juice and bread with ham or turkey 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 / Chocolat milik, natural juice, toast with buttter and jam or olive oil or salami.1,3,6,7,11 Fruta / Fruit	Leche con nesquik, zumo natural con churros / Chocolat milk natural juice and churros 1,7 Fruta / Fruit

SUGERENCIAS DESAYUNOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Leche, zumo natural y cereales / Milk,natural juice and cereal	Leche, pieza de fruta y galletas / Milk, fruit and cookies	Leche, zumo natural y tostadas con mantequilla y mermelada / Milk, natural juice and toast with butter and jam	Leche, pieza de fruta y bizcocho casero / Milk, fruit and homemade cake	Leche, zumo natural y pan aceite y jamón / Milk, natural juice and bread with oil and ham

a.m

Start strong

SUGERENCIAS MERIENDAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Zumo natural, sandwich de pavo y pieza de fruta / Natutal juice, turkey sandwich and fruit	Leche, montado de jamón york y pieza de fruta / milk, ham finger sandwich and fruit	Zumo natural, sandwich de chorizo y pieza de fruta / Natural 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

*CONSULTAR LEYENDA SOBRE ALÉRGENOS EN EL MENÚ DE COMIDAS

ARCÁNGEL INTERNATIONAL SCHOOL

colegio-arcángel.com

MENÚ DE COMEDOR

09 September

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 Arroz con salsa de tomate/ White rice with tomato sauce. O/Or Gazpacho / Cold tomato soup. Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork with salad.12 Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread 1,7	**5** Crema de calabacín / Cream of zucchini. Albóndigas de ternera en salsa de verduras/ Meatballs in vegetables sauce,1,6 o / Or Filete de ternera / Grilled veal steak Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.1,7	**6** Sopa de cocido / Broth.1,3 O/or Salmorejo / Cold thick tomato soup.1 Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.1,7	**7** Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables. Merluza a la plancha con champiñones / Breaded hake with mushrooms.4 Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.1,7	**8** Judías verdes rehogadas con jamón/ Green beans sauteed with ham. O/Or Melón con jamón / Melon with ham. Tortilla de patata con pimientos verdes / Potato omelette with green peppers.3 Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.1,7
11 Pasta con atún y salsa de tomate/ Pasta with tuna and tomato sauce.1,3,4 O/Or Ensalada de pasta / Pasta salad.1,3,4,12 Chuleta de pavo a la plancha con guarnición de lombarda / Grilled turkey with red cabagge. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.1,7	**12** Guisantes rehogados con jamón / Peas sauteed with ham. O/Or Alcachofas con jamón /Artichokes with ham. Ternera al horno en salsa de verduras con puré de patata / Baked veal in vegetables sauce with mashed potatoes. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.1,7	**13** Paella de verduras / Rice with vegetables. O/Or Ensalada de arroz / Rice salad.3,4,12 Cinta de lomo al ajillo con ensalada / Grilled pork with salad. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread 1,7	**14** Judías blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables. Dorada a la plancha con tomate aliñado / Grilled fish with tomato salad.4 Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.1,7	**15** Crema de espinacas / Cream of spinach. o/or Gazpacho/ Cold tomato soup. Hamburguesa de pollo de corral con patatas asadas / Grilled chicken with baked potatoes. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.1,7
18 Menestra de verduras / Mixed vegetables sauteed. Solomillo de cerdo al horno con salsa de setas/ Baked pork Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.1,7	**19** Patatas guisadas con carne/ Potatoes stew with meat. O/Or Ensalada campera / Potatoes and vegetables salad.3,4,12 Bacalao al horno con pisto / Baked cod with vegetables and tomato sauce.4,12 Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.1,7	**20** Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables. O/Or Gazpacho/ Cold tomato soup. Jamoncitos de pollo al horno / Baked chicken. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread 1,7	**21** Macarrones a la carbonara / Pasta with carbonara sauce.1,3,7 O/Or Pasta rehogada con verduras / Pasta with vegetables sauteed.1,3 Salmón al horno con salsa de naranja/ Baked salmon with orange sauce.4 Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.1,7	**22** Crema de acelgas y zanahoria / Cream of chards and carrots. O/Or Acelgas rehogadas / Chards sauteed. Lasaña de ternera / Meat lasagna.1,3,7 Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.1,7
25 Judías verdes rehogadas con jamón /Green beans sauteed with ham. O/Or Alcachofas rehogadas con jamón/ Artichokes sauteed with ham. Filete de pavo adobado a la plancha con patatas panaderas/ Grilled turkey with baked potatoes. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.1,7	**26** Arroz tres delicias / Rice chinese style.2,3 Dorada a la plancha con tomate aliñado/ Grilled fish with tomato salad. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.1,7	**27** Cocido completo: Sopa, garbanzos, patata, zanahoria, repollo, chorizo, pollo ternera y jamón / Complete cocido (Broth, chickpeas, potato, carrot, cabbage, sausage, chicken, steak and ham).1,3 Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.1,7	**28** Crema de calabaza / Cream of pumpkin. Croquetas caseras con guarnicion de brocoli / Homemade croquettes with broccoli.1,3,7 Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.1,7	**29** Pasta boloñesa / Pasta with bolognese pasta.1,3 O/Or Pasta rehogada con verduras / Pasta with vegetables sauteed.,1.3 Merluza a la plancha con ensalada de pimientos rojos/ Grilled hake with red peppers sauteed.4 Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.1,7

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. 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.

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 ºC, 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.

ARCÁNGEL INTERNATIONAL SCHOOL

colegio-arcángel.com

DIETAS BLANDAS

09 September

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 Arroz blanco / White rice. Lacón a la plancha / Grilled ham. Fruta y pan / Fruit and bread	**5** Crema de calabacín / Cream of zucchini. Filete de pavo a la plancha / Grilled turkey. Yogur y pan / Yogurt and bread	**6** Sopa / Broth. Filete de pollo a la plancha / Grilled chicken. Fruta y pan / Fruit and bread	**7** Patatas cocidas con aceite de oliva / Boiled potatoes with olive oil. Pescado a la plancha / Grilled fish. Yogur y pan / Yogurt and bread.	**8** Pasta cocida / Boiled pasta. Tortilla francesa / Omelette. Fruta y pan / Fruit and bread.
11 Pasta cocida / Boiled pasta. Filete de pavo a la plancha / Grilled turkey. Fruta y pan / Fruit and bread.	**12** Sopa / Broth. Tortilla francesa / Omelette. Yogur y pan / Yogurt and bread.	**13** Arroz blanco / White rice. Lacón a la plancha / Grilled ham. Fruta y pan / Fruit and bread.	**14** Patatas cocidas con aceite de oliva / Boiled potatoes with olive oil. Pescado a la plancha / Grilled fish. Yogur y pan / Yogurt and bread.	**15** Crema de zanahorias / Cream of carrots. Filete de pollo a la plancha / Grilled chicken. Fruta y pan / Fruit and bread.
18 Arroz blanco / White rice. Lacón a la plancha / Grilled ham. Fruta y pan / Fruit and bread.	**19** Patatas cocidas con aceite de oliva / Boiled potatoes with olive oil. Pescado a la plancha / Grilled fish. Yogur y pan / Yogurt and bread.	**20** Sopa / Broth. Filete de pollo a la plancha / Grilled chicken. Fruta y pan / Fruit and bread.	**21** Pasta cocida / Boiled pasta. Pescado a la plancha / Grilled fish. Yogur y pan / Yogurt and bread.	**22** Crema de patata y zanahoria / Cream of potato and carrot. Tortilla francesa / Omelette. Fruta y pan / Fruit and bread.
25 Patatas cocidas con aceite de oliva / Boiled potatoes with olive oil. Filete de pavo a la plancha / Grilled turkey. Fruta y pan / Fruit and bread.	**26** Arroz blanco / White rice. Pescado a la plancha / Grilled fish. Yogur y pan / Yogurt and bread.	**27** Sopa / Broth. Pollo hervido / Boiled chicken. Fruta y pan / Fruit and bread.	**28** Crema de calabaza / Cream of pumpkin. Tortilla francesa / Omelette. Yogur y pan / Yogurt and bread.	**29** Pasta cocida / Boiled pasta. Pescado a la plancha / Grilled fish. Fruta y pan / Fruit 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 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 ºC, 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.

ARCÁNGEL INTERNATIONAL SCHOOL

colegio-arcángel.com

SUGERENCIAS CENA

09 September

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 Lubina al horno con patatas panaderas / Baked fish with baked potatoes. Postre lácteo, futa y pan / Dairy dessert, fruit, and bread.	**5** Lasaña de verduras / Vegetables lasgna. Fruta, postre lácteo y pan / Fruit, dairy dessert and bread.	**6** Espárragos blancos con mayonesa / Asparagus with mayo. Salmón a la plancha / Grilled salmon. Postre lácteo, futa y pan / Dairy dessert, fruit, and bread.	**7** San jacobo casero con ensalada / Homemade breaded ham and cheese with salad. Fruta, postre lácteo y pan / Fruit, dairy dessert and bread.	**8** Berenjenas rellenas de atún y verduras al horno / Baked stuffed eggplants with tuna and vegetables. Postre lácteo, futa y pan / Dairy dessert, fruit, and bread.
11 Crema de verduras / Cream of vegetables. Filete de ternera a la plancha / Grilled veal steak. Postre lácteo, futa y pan / Dairy dessert, fruit, and bread.	**12** Puerros gratinados / Grated leeks. Dorada a la plancha / Grilled fish. Fruta, postre lácteo y pan / Fruit, dairy dessert and bread.	**13** Brócoli rehogado / Broccoli sauteed. Alitas de pollo al horno / Baked chicken wings. Postre lácteo, futa y pan / Dairy dessert, fruit, and bread.	**14** Crema de champiñones con picatostes / Cram of mushrooms with croutons. Lacón a la plancha / Grilled ham. Fruta, postre lácteo y pan / Fruit, dairy dessert and bread.	**15** Sopa de marisco / Seafood soup. Tortilla francesa de calabacín / Zucchini omelette. Postre lácteo, futa y pan / Dairy dessert, fruit, and bread.
18 Merluza con verduras en papillote con puré de patata casero / Baked hake with vegetables and homemade mashed potato. Postre lácteo, futa y pan / Dairy dessert, fruit, and bread.	**19** Ensalada campleta de espinacas frescas / Full fresh spinach salad. Hamburguesa de ternera a la plancha / Grilled burger. Fruta, postre lácteo y pan / Fruit, dairy dessert and bread.	**20** Arroz tres delicias / Chinese style rice. Gallo a la plancha / Grilled fish. Postre lácteo, futa y pan / Dairy dessert, fruit, and bread.	**21** Guisantes salteados con huevo a la plancha / Peas sauteed with grilled egg. Fruta, postre lácteo y pan / Fruit, dairy dessert and bread.	**22** Coliflor gratinada / Grated cauliflower. Sepia a la plancha / Grilled squid. Postre lácteo, futa y pan / Dairy dessert, fruit, and bread.
25 Crema de verduras / Cream of vegetables. Bacaladitos rebozados / Breaded fish. Postre lácteo, futa y pan / Dairy dessert, fruit, and bread.	**26** Revuelto de acelgas con huevo y jamón / Scrambled chars with egg and ham. Fruta, postre lácteo y pan / Fruit, dairy dessert and bread.	**27** Parrilla de verduras / Grilled vegetables. Chuletas de sajonia a la plancha / Grilled saxony chops. Postre lácteo, futa y pan / Dairy dessert, fruit, and bread.	**28** Ensalada de tomate, zanahoria, cebolla y remolacha / Tomato, carrot, onion and beet salad. Fruta, postre lácteo y pan / Fruit, dairy dessert and bread	**29** Salchichas de pavo con patatas fritas / Turkey sausages with french fries. Postre lácteo, futa y pan / Dairy dessert, fruit, 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 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 ºC, 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.

ARCÁNGEL INTERNATIONAL SCHOOL

colegio-arcángel.com

a.m

MENÚ PRIMER CICLO

09 September

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 Puré de verduras con pollo / Vegetables puree with chicken. Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7	**5** Puré de verduras con ternera / Vegetables puree with steak. Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7	**6** Puré de verduras con pollo / Vegetables puree with chicken. Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7	**7** Puré de verduras con pescado / Vegetables puree with fish.4 Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7	**8** Puré de verduras con ternera / Vegetables puree with steak. Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7
11 Puré de verduras con pavo / Vegetables puree with turkey. Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7	**12** Puré de verduras con ternera / Vegetables puree with steak. Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7	**13** Puré de verduras con pollo / Vegetables puree with chicken. Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7	**14** Puré de verduras con pescado / Vegetables puree with fish.4 Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7	**15** Puré de verduras con pollo / Vegetables puree with chicken. Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7
18 Puré de verduras con pollo / Vegetables puree with chicken. Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7	**19** Puré de verduras con pescado / Vegetables puree with fish.4 Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7	**20** Puré de verduras con pollo / Vegetables puree with chicken. Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7	**21** Puré de verduras con pescado / Vegetables puree with fish.4 Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7	**22** Puré de verduras con ternera / Vegetables puree with steak. Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7
25 Puré de verdyras con pavo / Vegetables puree with turkey. Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7	**26** Puré de verduras con pescado / Vegetables puree with fish.4 Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7	**27** Puré de verduras con pollo / Vegetables puree with chicken. Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7	**28** Puré de verduras con ternera / Vegetables puree with steak. Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7	**29** Puré de verduras con pescado / Vegetables puree with fish.4 Yogur natural sin azúcar, fruta y pan / Natural yogurt without sugar, fruit and bread.1,7

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. 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

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 ºC, 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.

ARCÁNGEL INTERNATIONAL SCHOOL

colegio-arcángel.com

p.m MERIENDAS PRIMER CICLO

09 September

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 Puré de frutas variadas / Fruit puree. Montado de pavo / Turkey finger sandwich.1 Yogur natural sin azúcar / Natural yogurt without sugar.1,7	**5** Puré de frutas variadas / Fruit puree. Montado de queso / Cheese finger sandwich.1,7 Fruta variada del tiempo / Fruit	**6** Puré de frutas variadas / Fruit puree. Montado de jamón york / Ham finger sandwich.1 Leche / Milk.7	**7** Puré de frutas variadas / Fruit puree. Yogur natural sin azúcar / Natural yogurt without sugar.7 Fruta variada del tiempo / Fruit.	**8** Puré de frutas variadas / Fruit puree. Montado de salchichón / Sausage finger sandwith.1,6,7 Zumo natural / Natural juice.
11 Puré de frutas variadas / Fruit puree. Montado de jamón york / Ham finger sandwich.1 Yogur natural sin azúcar / Natural yogurt without sugar.1,7	**12** Puré de frutas variadas / Fruit puree. Montado de queso / Cheese finger sandwich.1,7 Fruta variada del tiempo / Fruit	**13** Puré de frutas variadas / Fruit puree. Montado de salchichón / Sausage finger sandwich.1,6,7 Leche / Milk.7	**14** Puré de frutas variadas / Fruit puree. Yogur natural sin azúcar / Natural yogurt without sugar.7 Fruta variada del tiempo / Fruit.	**15** Puré de frutas variadas / Fruit puree. Montado de pavo / Turkey finger sandwich.1 Zumo natural / Natural juice.
18 Puré de frutas variadas / Fruit puree. Montado de pavo / Turkey finger sandwich.1 Yogur natural sin azúcar / Natural yogurt without sugar.1,7	**19** Puré de frutas variadas / Fruit puree. Montado de queso / Cheese finger sandwich.1,7 Fruta variada del tiempo / Fruit	**20** Puré de frutas variadas / Fruit puree. Montado de jamón york / Ham finger sandwith.1 Leche / Milk.7	**21** Puré de frutas variadas / Fruit puree. Yogur natural sin azúcar / Natural yogurt without sugar.7 Fruta variada del tiempo / Fruit.	**22** Puré de frutas variadas / Fruit puree. Montado de salchichón / Sausage finger sandwith.1 Zumo natural / Natural juice.
25 Puré de frutas variadas / Fruit puree. Montado de jamón york / Ham finger sandwich.1 Yogur natural sin azúcar / Natural yogurt without sugar.1,7	**26** Puré de frutas variadas / Fruit puree. Montado de queso / Cheese finger sandwich.1,7 Fruta variada del tiempo / Fruit	**27** Puré de frutas variadas / Fruit puree. Montado de salchichón / Sausage finger sandwich.1,6,7 Leche / Milk.7	**28** Puré de frutas variadas / Fruit puree. Yogur natural sin azúcar / Natural yogurt without sugar.7 Fruta variada del tiempo / Fruit.	**29** Puré de frutas variadas / Fruit puree. Montado de pavo / Turkey finger sandwich.1 Zumo natural / Natural juice.

Have a snack

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. 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.

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 ºC, 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.

ARCÁNGEL INTERNATIONAL SCHOOL

colegio-arcángel.com

ALÉRGICOS LACTOSA Y PROTEÍNAS LECHE

09 September

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 Arroz con salsa de tomate/ White rice with tomato sauce. Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork with salad. Fruta, leche de soja y pan / Fruit, soy milk and bread.	**5** Crema de calabacín / Cream of zucchini. Albóndigas de ternera en salsa de verduras/ Meatballs in vegetables sauce. Yogur de soja, fruta y pan / Soy yogurt, fruit and bread.	**6** Sopa de cocido / Broth. Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries. Fruta, leche de soja y pan / Fruit, soy milk and bread.	**7** Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables. Merluza a la plancha con champiñones / Breaded hake with mushrooms. Yogur de soja, fruta y pan / Soy yogurt, fruit and bread.	**8** Judías verdes rehogadas con jamón/ Green beans sauteed with ham. Tortilla de patata con pimientos verdes / Potato omelette with green peppers. Fruta, leche de soja y pan / Fruit, soy milk and bread.
11 Pasta con atún y salsa de tomate/ Pasta with tuna and tomato sauce. Chuleta de pavo a la plancha con guarnición de lombarda / Grilled turkey with red cabagge. Fruta, leche de soja y pan / Fruit, soy milk and bread.	**12** Guisantes rehogados con jamón / Peas sauteed with ham. Ternera al horno en salsa de verduras con puré de patata / Baked veal in vegetables sauce with mashed potatoes. Yogur de soja, fruta y pan / Soy yogurt, fruit and bread.	**13** Paella de verduras / Rice with vegetables. Cinta de lomo al ajillo con ensalada / Grilled pork with salad. Fruta, leche de soja y pan / Fruit, soy milk and bread.	**14** Judías blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables. Dorada a la plancha con tomate aliñado / Grilled fish with tomato salad. Yogur de soja, fruta y pan / Soy yogurt, fruit and bread.	**15** Crema de espinacas / Cream of spinach. Hamburguesa de pollo de corral con patatas asadas / Grilled chicken with baked potatoes. Fruta, leche de soja y pan / Fruit, soy milk and bread.
18 Menestra de verduras / Mixed vegetables sauteed. Solomillo de cerdo al horno con salsa de setas/ Baked pork . Fruta, leche de soja y pan / Fruit, soy milk and bread.	**19** Patatas guisadas con carne/ Potatoes stew with meat. Bacalao al horno con pisto / Baked cod with vegetables and tomato sauce. Yogur de soja, fruta y pan / Soy yogurt, fruit and bread.	**20** Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables. Jamoncitos de pollo al horno / Baked chicken. Fruta, leche de soja y pan / Fruit, soy milk and bread.	**21** Macarrones son salsa de tomate y chorizo / Pasta with tomato sauce and sausage Salmón al horno con salsa de naranja/ Baked salmon with orange sauce. Yogur de soja, fruta y pan / Soy yogurt, fruit and bread.	**22** Crema de acelgas y zanahoria / Cream of chards and carrots. Pastel de ternera/ Meat cake. Fruta, leche de soja y pan / Fruit, soy milk and bread.
25 Judías verdes rehogadas con jamón /Green beans sauteed with ham. Filete de pavo adobado a la plancha con patatas panaderas/ Grilled turkey with baked potatoes. Fruta, leche de soja y pan / Fruit, soy milk and bread..	**26** Arroz tres delicias / Rice chinese style. Dorada a la plancha con tomate aliñado/ Grilled fish with tomato salad. Yogur de soja, fruta y pan / Soy yogurt, fruit and bread.	**27** Cocido completo: Sopa, garbanzos, patata, zanahoria, repollo, chorizo, pollo ternera y jamón / Complete cocido (Broth, chickpeas, potato, carrot, cabbage, sausage, chicken, steak and ham). Fruta, leche de soja y pan / Fruit, soy milk and bread.	**28** Crema de calabaza / Cream of pumpkin. Filete de pollo empanado con guarnicion de brocoli / Breaded chicken fillet with broccoli. Yogur de soja, fruta y pan / Soy yogurt, fruit and bread.	**29** Pasta boloñesa / Pasta with bolognese pasta. Merluza a la plancha con ensalada de pimientos rojos/ Grilled hake with red peppers sauteed. Fruta, leche de soja y pan / Fruit, soy milk and bread.

APTO PARA ALÉRGICOS

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 ºC, 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.
nformación disponible en materia de alergias e intolerancias. Soliciten información en enfermería.

ARCÁNGEL INTERNATIONAL SCHOOL

colegio-arcángel.com

ALÉRGICOS MOLUSCOS Y MARISCO

09 September

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 Arroz con salsa de tomate/ White rice with tomato sauce. Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork with salad. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**5** Crema de calabacín / Cream of zucchini. Albóndigas de ternera en salsa de verduras/ Meatballs in vegetables sauce. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**6** Sopa de cocido / Broth. Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**7** Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables. Merluza a la plancha con champiñones / Breaded hake with mushrooms. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**8** Judías verdes rehogadas con jamón/ Green beans sauteed with ham. Tortilla de patata con pimientos verdes / Potato omelette with green peppers. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.
11 Pasta con atún y salsa de tomate/ Pasta with tuna and tomato sauce. Chuleta de pavo a la plancha con guarnición de lombarda / Grilled turkey with red cabagge. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**12** Guisantes rehogados con jamón / Peas sauteed with ham. Ternera al horno en salsa de verduras con puré de patata / Baked veal in vegetables sauce with mashed potatoes. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**13** Paella de verduras / Rice with vegetables. Cinta de lomo al ajillo con ensalada / Grilled pork with salad. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**14** Judías blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables. Dorada a la plancha con tomate aliñado / Grilled fish with tomato salad. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**15** Crema de espinacas / Cream of spinach. Hamburguesa de pollo de corral con patatas asadas / Grilled chicken with baked potatoes. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.
18 Menestra de verduras / Mixed vegetables sauteed. Solomillo de cerdo al horno con salsa de setas/ Baked pork. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**19** Patatas guisadas con carne/ Potatoes stew with meat. Bacalao al horno con pisto / Baked cod with vegetables and tomato sauce. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**20** Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables. Jamoncitos de pollo al horno / Baked chicken. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**21** Macarrones a la carbonara / Pasta with carbonara sauce Salmón al horno con salsa de naranja/ Baked salmon with orange sauce. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**22** Crema de acelgas y zanahoria / Cream of chards and carrots. Lasaña de ternera / Meat lasagna. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.
25 Judías verdes rehogadas con jamón /Green beans sauteed with ham. Filete de pavo adobado a la plancha con patatas panaderas/ Grilled turkey with baked potatoes. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**26** Arroz con salsa de tomate/ White rice with tomato sauce. Dorada a la plancha con tomate aliñado/ Grilled fish with tomato salad. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**27** Cocido completo: Sopa, garbanzos, patata, zanahoria, repollo, chorizo, pollo ternera y jamón / Complete cocido (Broth, chickpeas, potato, carrot, cabbage, sausage, chicken, steak and ham). Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**28** Crema de calabaza / Cream of pumpkin. Croquetas caseras con guarnicion de brocoli / Homemade croquettes with broccoli. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**29** Pasta boloñesa / Pasta with bolognese pasta. Merluza a la plancha con ensalada de pimientos rojos/ Grilled hake with red peppers sauteed. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.

APTO PARA ALÉRGICOS

Enjoy your

meal

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 ºC, 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.

ARCÁNGEL INTERNATIONAL SCHOOL

colegio-arcángel.com

ALÉRGICOS AL HUEVO

09 September

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 Arroz con salsa de tomate/ White rice with tomato sauce. Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork with salad. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**5** Crema de calabacín / Cream of zucchini. Albóndigas de ternera en salsa de verduras/ Meatballs in vegetables sauce. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**6** Sopa de cocido / Broth. Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**7** Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables. Merluza a la plancha con champiñones / Breaded hake with mushrooms. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**8** Judías verdes rehogadas con jamón/ Green beans sauteed with ham. Filete de pavo con pimientos verdes / Turkey with green peppers. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.
11 Pasta con atún y salsa de tomate/ Pasta with tuna and tomato sauce. Chuleta de pavo a la plancha con guarnición de lombarda / Grilled turkey with red cabagge. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**12** Guisantes rehogados con jamón / Peas sauteed with ham. Ternera al horno en salsa de verduras con puré de patata / Baked veal in vegetables sauce with mashed potatoes. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**13** Paella de verduras / Rice with vegetables. Cinta de lomo al ajillo con ensalada / Grilled pork with salad. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**14** Judías blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables. Dorada a la plancha con tomate aliñado / Grilled fish with tomato salad. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**15** Crema de espinacas / Cream of spinach. Hamburguesa de pollo de corral con patatas asadas / Grilled chicken with baked potatoes. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.
18 Menestra de verduras / Mixed vegetables sauteed. Solomillo de cerdo al horno con salsa de setas/ Baked pork. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**19** Patatas guisadas con carne/ Potatoes stew with meat. Bacalao al horno con pisto / Baked cod with vegetables and tomato sauce. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**20** Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables. Jamoncitos de pollo al horno / Baked chicken. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**21** Macarrones a la carbonara / Pasta with carbonara sauce. Salmón al horno con salsa de naranja/ Baked salmon with orange sauce. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**22** Crema de acelgas y zanahoria / Cream of chards and carrots. Pastel de ternera/ Meat cake.. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.
25 Judías verdes rehogadas con jamón /Green beans sauteed with ham. Filete de pavo adobado a la plancha con patatas panaderas/ Grilled turkey with baked potatoes. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**26** Arroz tres delicias / Rice chinese style. Dorada a la plancha con tomate aliñado/ Grilled fish with tomato salad. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**27** Cocido completo: Sopa, garbanzos, patata, zanahoria, repollo, chorizo, pollo ternera y jamón / Complete cocido (Broth, chickpeas, potato, carrot, cabbage, sausage, chicken, steak and ham). Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**28** Crema de calabaza / Cream of pumpkin. Filete de pollo empanado sin huevo con guarnicion de brocoli / Breaded chicken fillet without egg and with broccoli. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**29** Pasta boloñesa / Pasta with bolognese pasta. Merluza a la plancha con ensalada de pimientos rojos/ Grilled hake with red peppers sauteed. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.

APTO PARA ALÉRGICOS

Enjoy your

meal

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 ºC, 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.

ARCÁNGEL INTERNATIONAL SCHOOL

colegio-arcángel.com

ALÉRGICOS A LA SOJA

09
September

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 Arroz con salsa de tomate/ White rice with tomato sauce. Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork with salad. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**5** Crema de calabacín / Cream of zucchini. Albóndigas de ternera sin soja en salsa de verduras/ Meatballs without soy in vegetables sauce. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**6** Sopa de cocido / Broth. Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**7** Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables. Merluza a la plancha con champiñones / Breaded hake with mushrooms. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**8** Judías verdes rehogadas con jamón/ Green beans sauteed with ham. Tortilla de patata con pimientos verdes / Potato omelette with green peppers. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.
11 Pasta con atún y salsa de tomate/ Pasta with tuna and tomato sauce. Chuleta de pavo a la plancha con guarnición de lombarda / Grilled turkey with red cabagge. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**12** Guisantes rehogados con jamón / Peas sauteed with ham. Ternera al horno en salsa de verduras con puré de patata / Baked veal in vegetables sauce with mashed potatoes. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**13** Paella de verduras / Rice with vegetables. Cinta de lomo al ajillo con ensalada / Grilled pork with salad. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**14** Judías blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables. Dorada a la plancha con tomate aliñado / Grilled fish with tomato salad. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**15** Crema de espinacas / Cream of spinach. Hamburguesa de pollo de corral con patatas asadas / Grilled chicken with baked potatoes. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.
18 Menestra de verduras / Mixed vegetables sauteed. Solomillo de cerdo al horno con salsa de setas/ Baked pork. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**19** Patatas guisadas con carne/ Potatoes stew with meat. Bacalao al horno con pisto / Baked cod with vegetables and tomato sauce. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**20** Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables. Jamoncitos de pollo al horno / Baked chicken. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**21** Macarrones a la carbonara / Pasta with carbonara sauce. Salmón al horno con salsa de naranja/ Baked salmon with orange sauce. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**22** Crema de acelgas y zanahoria / Cream of chards and carrots. Lasaña de ternera / Meat lasagna. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.
25 Judías verdes rehogadas con jamón /Green beans sauteed with ham. Filete de pavo adobado a la plancha con patatas panaderas/ Grilled turkey with baked potatoes. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**26** Arroz tres delicias / Rice chinese style. Dorada a la plancha con tomate aliñado/ Grilled fish with tomato salad. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**27** Cocido completo: Sopa, garbanzos, patata, zanahoria, repollo, chorizo, pollo ternera y jamón / Complete cocido (Broth, chickpeas, potato, carrot, cabbage, sausage, chicken, steak and ham). Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**28** Crema de calabaza / Cream of pumpkin. Croquetas caseras con guarnicion de brocoli / Homemade croquettes with broccoli. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**29** Pasta boloñesa / Pasta with bolognese pasta. Merluza a la plancha con ensalada de pimientos rojos/ Grilled hake with red peppers sauteed. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.

APTO PARA ALÉRGICOS

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 ºC, 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.

ARCÁNGEL INTERNATIONAL SCHOOL

colegio-arcángel.com

ALÉRGICOS FRUTOS SECOS

09 September

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 Arroz con salsa de tomate/ White rice with tomato sauce. Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork with salad. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**5** Crema de calabacín / Cream of zucchini. Albóndigas de ternera en salsa de verduras/ Meatballs in vegetables sauce. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**6** Sopa de cocido / Broth. Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**7** Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables. Merluza a la plancha con champiñones / Breaded hake with mushrooms. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**8** Judías verdes rehogadas con jamón/ Green beans sauteed with ham. Tortilla de patata con pimientos verdes / Potato omelette with green peppers. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.
11 Pasta con atún y salsa de tomate/ Pasta with tuna and tomato sauce. Chuleta de pavo a la plancha con guarnición de lombarda / Grilled turkey with red cabagge. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**12** Guisantes rehogados con jamón / Peas sauteed with ham. Ternera al horno en salsa de verduras con puré de patata / Baked veal in vegetables sauce with mashed potatoes. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**13** Paella de verduras / Rice with vegetables. Cinta de lomo al ajillo con ensalada / Grilled pork with salad. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**14** Judías blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables. Dorada a la plancha con tomate aliñado / Grilled fish with tomato salad. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**15** Crema de espinacas / Cream of spinach. Hamburguesa de pollo de corral con patatas asadas / Grilled chicken with baked potatoes. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.
18 Menestra de verduras / Mixed vegetables sauteed. Solomillo de cerdo al horno con salsa de setas/ Baked pork. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**19** Patatas guisadas con carne/ Potatoes stew with meat. Bacalao al horno con pisto / Baked cod with vegetables and tomato sauce. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**20** Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables. Jamoncitos de pollo al horno / Baked chicken. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**21** Macarrones a la carbonara / Pasta with carbonara sauce. Salmón al horno con salsa de naranja/ Baked salmon with orange sauce. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**22** Crema de acelgas y zanahoria / Cream of chards and carrots. Lasaña de ternera / Meat lasagna. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.
25 Judías verdes rehogadas con jamón /Green beans sauteed with ham. Filete de pavo adobado a la plancha con patatas panaderas/ Grilled turkey with baked potatoes. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**26** Arroz tres delicias / Rice chinese style. Dorada a la plancha con tomate aliñado/ Grilled fish with tomato salad. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**27** Cocido completo: Sopa, garbanzos, patata, zanahoria, repollo, chorizo, pollo ternera y jamón / Complete cocido (Broth, chickpeas, potato, carrot, cabbage, sausage, chicken, steak and ham). Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**28** Crema de calabaza / Cream of pumpkin. Croquetas caseras con guarnicion de brocoli / Homemade croquettes with broccoli. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**29** Pasta boloñesa / Pasta with bolognese pasta. Merluza a la plancha con ensalada de pimientos rojos/ Grilled hake with red peppers sauteed. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.

APTO PARA ALÉRGICOS

frutos secos

Enjoy your meal

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 ºC, 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.

ARCÁNGEL INTERNATIONAL SCHOOL

colegio-arcángel.com

ALÉRGICOS LEGUMBRES

09 September

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 Arroz con salsa de tomate/ White rice with tomato sauce. Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork with salad. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**5** Crema de calabacín / Cream of zucchini. Albóndigas de ternera en salsa de verduras/ Meatballs in vegetables sauce. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**6** Sopa de cocido / Broth. Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**7** Patatas guisadas con carne/ Potatoes stew with meat. Merluza a la plancha con champiñones / Breaded hake with mushrooms. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**8** Pasta con salsa de tomate / Pasta with tomato sauce. Tortilla de patata con pimientos verdes / Potato omelette with green peppers. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.
11 Pasta con atún y salsa de tomate/ Pasta with tuna and tomato sauce. Chuleta de pavo a la plancha con guarnición de lombarda / Grilled turkey with red cabagge. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**12** Sopa / Broth. Ternera al horno en salsa de verduras con puré de patata / Baked veal in vegetables sauce with mashed potatoes. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**13** Paella de verduras / Rice with vegetables. Cinta de lomo al ajillo con ensalada / Grilled pork with salad. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**14** Patatas guisadas con carne/ Potatoes stew with meat. Dorada a la plancha con tomate aliñado / Grilled fish with tomato salad. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**15** Crema de espinacas / Cream of spinach. Hamburguesa de pollo de corral con patatas asadas / Grilled chicken with baked potatoes. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.
18 Arroz con salsa de tomate/ White rice with tomato sauce. Solomillo de cerdo al horno con salsa de setas/ Baked pork Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**19** Patatas guisadas con carne/ Potatoes stew with meat. Bacalao al horno con pisto / Baked cod with vegetables and tomato sauce. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**20** Sopa / Broth. Jamoncitos de pollo al horno / Baked chicken. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**21** Macarrones a la carbonara / Pasta with carbonara sauce. Salmón al horno con salsa de naranja/ Baked salmon with orange sauce. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**22** Crema de acelgas y zanahoria / Cream of chards and carrots. Lasaña de ternera / Meat lasagna. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.
25 Patatas guisadas con carne/ Potatoes stew with meat. Filete de pavo adobado a la plancha con patatas panaderas/ Grilled turkey with baked potatoes. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**26** Arroz tres delicias / Rice chinese style. Dorada a la plancha con tomate aliñado/ Grilled fish with tomato salad. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread.	**27** Cocido completo: Sopa, patata, zanahoria, repollo, chorizo, pollo ternera y jamón / Complete cocido (Broth, potato, carrot, cabbage, sausage, chicken, steak and ham). Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**28** Crema de calabaza / Cream of pumpkin. Croquetas caseras con guarnicion de brocoli / Homemade croquettes with broccoli. Yogur, fruta y pan / Yogurt, fruit and bread	**29** Pasta boloñesa / Pasta with bolognese pasta. Merluza a la plancha con ensalada de pimientos rojos/ Grilled hake with red peppers sauteed. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.

APTO PARA ALÉRGICOS

legumbres

Enjoy your meal

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 ºC, 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.

ARCÁNGEL INTERNATIONAL SCHOOL

colegio-arcángel.com

ALÉRGICOS PESCADO

09 September

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 Arroz con salsa de tomate/ White rice with tomato sauce. Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork with salad. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**5** Crema de calabacín / Cream of zucchini. Albóndigas de ternera en salsa de verduras/ Meatballs in vegetables sauce. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**6** Sopa de cocido / Broth. Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**7** Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables. Filete de ternera con champiñones / Grilled veal steak with mushrooms. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**8** Judías verdes rehogadas con jamón/ Green beans sauteed with ham. Tortilla de patata con pimientos verdes / Potato omelette with green peppers. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.
11 Pasta con chorizo salsa de tomate/ Pasta with sausage and tomato sauce. Chuleta de pavo a la plancha con guarnición de lombarda / Grilled turkey with red cabagge. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**12** Guisantes rehogados con jamón / Peas sauteed with ham. Ternera al horno en salsa de verduras con puré de patata / Baked veal in vegetables sauce with mashed potatoes. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**13** Paella de verduras / Rice with vegetables. Cinta de lomo al ajillo con ensalada / Grilled pork with salad. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**14** Judías blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables. Tortilla francesa con tomate aliñado / Omelette with tomato salad. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**15** Crema de espinacas / Cream of spinach. Hamburguesa de pollo de corral con patatas asadas / Grilled chicken with baked potatoes. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.
18 Menestra de verduras / Mixed vegetables sauteed. Solomillo de cerdo al horno con salsa de setas/ Baked pork. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**19** Patatas guisadas con carne/ Potatoes stew with meat. Filete de ternera con pisto / Grilled veal steak with vegetables and tomato sauce. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**20** Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables. Jamoncitos de pollo al horno / Baked chicken. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**21** Macarrones a la carbonara / Pasta with carbonara sauce Tortilla francesa / Omelette. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**22** Crema de acelgas y zanahoria / Cream of chards and carrots. Lasaña de ternera / Meat lasagna. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.
25 Judías verdes rehogadas con jamón /Green beans sauteed with ham. Filete de pavo adobado a la plancha con patatas panaderas/ Grilled turkey with baked potatoes. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**26** Arroz tres delicias / Rice chinese style. Cinta de lomo con tomate aliñado/ POrk with tomato salad. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**27** Cocido completo: Sopa, garbanzos, patata, zanahoria, repollo, chorizo, pollo ternera y jamón / Complete cocido (Broth, chickpeas, potato, carrot, cabbage, sausage, chicken, steak and ham). Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.	**28** Crema de calabaza / Cream of pumpkin. Croquetas caseras con guarnición de brocoli / Homemade croquettes with broccoli. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread	**29** Pasta boloñesa / Pasta with bolognese pasta. Tortilla con ensalada de pimientos rojos/ Omelette with red peppers sauteed. Fruta, leche y pan / Fruit, milk and bread.

APTO PARA ALÉRGICOS

Enjoy your

meal

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 ºC, 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.

ARCÁNGEL INTERNATIONAL SCHOOL

colegio-arcángel.com

CELÍACOS

09 September

4 Arroz con salsa de tomate/ White rice with tomato sauce. Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork with salad. Fruta, leche y pan sin gluten / Fruit, milk and bread without gluten.	**5** Crema de calabacín / Cream of zucchini. Albóndigas de ternera sin gluten en salsa de verduras/ Meatballs without gulten in vegetables sauce. Yogur, fruta y pan sin gluten / Yogurt, fruit and bread without gluten.	**6** Sopa de cocido / Broth. Pollo asado con patatas fritas / Roasted chicken with french fries. Fruta, leche y pan sin gluten / Fruit, milk and bread without gluten.	**7** Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables. Merluza a la plancha con champiñones / Breaded hake with mushrooms. Yogur, fruta y pan sin gluten / Yogurt, fruit and bread without gluten.	**8** Judías verdes rehogadas con jamón/ Green beans sauteed with ham. Tortilla de patata con pimientos verdes / Potato omelette with green peppers. Fruta, leche y pan sin gluten / Fruit, milk and bread without gluten.
11 Pasta con atún y salsa de tomate/ Pasta with tuna and tomato sauce. Chuleta de pavo a la plancha con guarnición de lombarda / Grilled turkey with red cabagge. Fruta, leche y pan sin gluten / Fruit, milk and bread without gluten.	**12** Guisantes rehogados con jamón / Peas sauteed with ham. Ternera al horno en salsa de verduras con puré de patata / Baked veal in vegetables sauce with mashed potatoes. Yogur, fruta y pan sin gluten / Yogurt, fruit and bread without gluten.	**13** Paella de verduras / Rice with vegetables. Cinta de lomo al ajillo con ensalada / Grilled pork with salad. Fruta, leche y pan sin gluten / Fruit, milk and bread without gluten.	**14** Judías blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables. Dorada a la plancha con tomate aliñado / Grilled fish with tomato salad. Yogur, fruta y pan sin gluten / Yogurt, fruit and bread without gluten.	**15** Crema de espinacas / Cream of spinach. Hamburguesa de pollo de corral con patatas asadas / Grilled chicken with baked potatoes. Fruta, leche y pan sin gluten / Fruit, milk and bread without gluten.
18 Menestra de verduras / Mixed vegetables sauteed. Solomillo de cerdo al horno con salsa de setas/ Baked pork. Fruta, leche y pan sin gluten / Fruit, milk and bread without gluten.	**19** Patatas guisadas con carne/ Potatoes stew with meat. Bacalao al horno con pisto / Baked cod with vegetables and tomato sauce. Yogur, fruta y pan sin gluten / Yogurt, fruit and bread without gluten.	**20** Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables. Jamoncitos de pollo al horno / Baked chicken. Fruta, leche y pan sin gluten / Fruit, milk and bread without gluten.	**21** Macarrones a la carbonara / Pasta with carbonara sauce Salmón al horno con salsa de naranja/ Baked salmon with orange sauce. Yogur, fruta y pan sin gluten / Yogurt, fruit and bread without gluten.	**22** Crema de acelgas y zanahoria / Cream of chards and carrots. Pastel de ternera/ Meat cake. Fruta, leche y pan sin gluten / Fruit, milk and bread without gluten.
25 Judías verdes rehogadas con jamón /Green beans sauteed with ham. Filete de pavo adobado a la plancha con patatas panaderas/ Grilled turkey with baked potatoes. Fruta, leche y pan sin gluten / Fruit, milk and bread without gluten.	**26** Arroz tres delicias / Rice chinese style. Dorada a la plancha con tomate aliñado/ Grilled fish with tomato salad. Yogur, fruta y pan sin gluten / Yogurt, fruit and bread without gluten.	**27** Cocido completo: Sopa, garbanzos, patata, zanahoria, repollo, chorizo, pollo ternera y jamón / Complete cocido (Broth, chickpeas, potato, carrot, cabbage, sausage, chicken, steak and ham). Fruta, leche y pan sin gluten / Fruit, milk and bread without gluten .	**28** Crema de calabaza / Cream of pumpkin. Filete de pollo empanado sin gluten con guarnicion de brocoli / Breaded chicken fillet without gluten and with broccoli. Yogur, fruta y pan sin gluten / Yogurt, fruit and bread without gluten.	**29** Pasta boloñesa / Pasta with bolognese pasta. Merluza a la plancha con ensalada de pimientos rojos/ Grilled hake with red peppers sauteed. Fruta, leche y pan sin gluten / Fruit, milk and bread without gluten.

APTO PARA ALÉRGICOS

gluten

Enjoy your meal

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 ºC, 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.