

MES: Febrero 2020

COLEGIO: ABAD Y HARIJA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Tenemos a su disposición la información sobre alérgenos.					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 Crema de verduras Magro con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Pork loin steak with sautéed rice Fruit and bread	4 Potaje de garbanzos Albóndigas de merluza y pota en salsa Postre lácteo y pan Chickpeas stew Hake and squid meatballs in sauce Dairy dessert and bread	5 Sopa minestrone Tortilla alemana con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Minestrone soup German omelet with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread	6 Alubias estofadas con arroz Merluza en salsa marinera Postre lácteo y pan Beans with rice Seafaring hake Dairy dessert and bread	7 Espirales al pomodoro Hamburguesa a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Pasta coils in pomodoro sauce Grilled hamburger with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	VE: 2847/681 GT: 17 GS: 4 HC: 100 AZ: 27 PROT: 35 SAL: 3
10 Lentejas estofadas con verduras Pollo al chilindrón Fruta y pan Stewed lentils Chicken in "chilindron" gravy Fruit and bread	11 Crema de zanahoria Rape a la griega Postre lácteo y pan Carrot cream Greek-style anglerfish Dairy dessert and bread	12 Menestra de verduras salteadas Lomo fresco al pimentón con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Sautéed minestrone Tenderloin au paprika with lettuce & tomatoes Fruit and bread	13 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread	14 Arroz a la cubana Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Cuban-style rice Spanish potato omelette with green salad with olives Fruit and bread	VE: 3349/801 GT: 26 GS: 6 HC: 103 AZ: 27 PROT: 41 SAL: 3
17 Macarrones napolitana Filete de merluza en salsa verde Fruta y pan Napolitan macaroni Hake in green sauce Fruit and bread	18 Crema de calabacín Estofado campesino con magro (patata, zanahoria, calabacín, tomate) Postre lácteo y pan Zucchini cream Country stew with lean meat Dairy dessert and bread	19 Lentejas a la jardinera Abadejo en pepitoria con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Vegetables lentils Haddock in pepitoria sauce with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread	20 Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa de atún con ensalada de lechuga y maíz Postre lácteo y pan Caldoso rice with vegetables Tuna omelette with lettuce & sweetcorn Dairy dessert and bread	21 Alubias estofadas con verduras Albóndigas en salsa española Fruta y pan Beans with vegetables Meatballs in spanish gravy Fruit and bread	VE: 2818/674 GT: 14 GS: 3 HC: 104 AZ: 26 PROT: 36 SAL: 2
24 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Rice with tomato sauce Hake fillet in carrot sauce with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	25 Lentejas a la campesina Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Postre lácteo y pan Vegetables lentils Spanish potato omelette with lettuce & tomatoes Dairy dessert and bread	26 Sopa maravilla con verduras Hamburguesa a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Soup with pasta with vegetables Grilled hamburger with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	27 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agrídulce Postre lácteo y pan Green beans with refried veggies Lean stew in sweet and sour sauce Dairy dessert and bread	28	VE: 2737/655 GT: 16 GS: 3 HC: 102 AZ: 25 PROT: 30 SAL: 3