

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
<b>3</b> Crema de verduras Magro con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Pork loin steak with sautéed rice Fruit and bread	<b>4</b> Potaje de garbanzos Filete de merluza al horno con ensalada Postre lácteo y pan Chickpeas stew Baked hake with salad Dairy dessert and bread	<b>5</b> Sopa de verduras Magro con cebolla y champiñones con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Vegetables soup Pork steak with onions & mushrooms with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread	<b>6</b> Alubias estofadas con arroz Filete de merluza en salsa de zanahoria Postre lácteo y pan Beans with rice Hake fillet in carrot sauce Dairy dessert and bread	<b>7</b> Pasta (sin huevo) al pomodoro Hamburguesa a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Pasta (without egg) in tomato sauce Grilled hamburger with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	VE: 2717/650 GT: 14 GS: 3 HC: 96 AZ: 29 PROT: 38 SAL: 3
<b>10</b> Lentejas estofadas con verduras Pollo al chilindrón Fruta y pan Stewed lentils Chicken in "chilindron" gravy Fruit and bread	<b>11</b> Crema de zanahoria Rape a la griega Postre lácteo y pan Carrot cream Greek-style anglerfish Dairy dessert and bread	<b>12</b> 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	<b>13</b> Sopa de verduras Cocido completo Postre lácteo y pan Vegetables soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread	<b>14</b> Arroz a la cubana Pechuga de pollo al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Cuban-style rice Baked chicken breast with green salad with olives Fruit and bread	VE: 3157/755 GT: 21 GS: 5 HC: 99 AZ: 27 PROT: 43 SAL: 3
<b>17</b> Pasta (sin huevo) napolitana Filete de merluza al horno con ensalada Fruta y pan Napolitan pasta (without egg) Baked hake with salad Fruit and bread	<b>18</b> 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	<b>19</b> 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	<b>20</b> Arroz caldoso de verduras Pollo asado al limón con ensalada de lechuga y maíz Postre lácteo y pan Caldoso rice with vegetables Grilled lemon chicken with lettuce & sweetcorn Dairy dessert and bread	<b>21</b> Alubias estofadas con verduras Albóndigas en salsa española Fruta y pan Beans with vegetables Meatballs in spanish gravy Fruit and bread	VE: 2885/690 GT: 16 GS: 3 HC: 101 AZ: 28 PROT: 37 SAL: 2
<b>24</b> 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	<b>25</b> Lentejas a la campesina Guiso de ternera con ensalada de lechuga y tomate Postre lácteo y pan Vegetables lentils Beef stew with lettuce & tomatoes Dairy dessert and bread	<b>26</b> Sopa de verduras Hamburguesa a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Vegetables soup Grilled hamburger with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	<b>27</b> 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	<b>28</b>	VE: 2624/628 GT: 13 GS: 3 HC: 99 AZ: 26 PROT: 31 SAL: 3