

MES: Mayo 2021

COLEGIO: ABAD Y HARIJA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
3	4	5 Arroz con salsa de tomate Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Spanish omelette with courgette with lettuce, carrot & olives Fruit and bread	6 Sopa de verduras Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Postre lácteo y pan Vegetables soup Baked hake with lettuce & carrot Dairy dessert and bread	7 Crema de calabacín Filete de merluza en salsa verde (guisante, cebolla, ajo y perejil) Fruta y pan Zucchini cream Hake fillet in green sauce (pea, onion, garlic and parsley) Fruit and bread	VE: 2650/634 GT: 18 GS: 2 HC: 95 AZ: 26 PROT: 27 SAL: 3
10 Guiso de alubias con verduras (patata, cebolla, zanahoria y pimentón) Palometa a la griega (tomate y especias) Fruta y pan Beans with vegetables Greek style pomfret Fruit and bread	11 Crema de zanahoria Pollo en salsa (patata, cebolla, zanahoria y tomate) Postre lácteo y pan Carrot soup Chicken with sauce (potato, onion, carrot and tomato) Dairy dessert and bread	12 Macarrones con salsa boloñesa de atún (atún, tomate y cebolla) Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Macaroni with tuna bolognese sauce (tuna, tomato and onion) Spanish omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	13 Arroz caldoso de verduras (pimiento, zanahoria, tomate, cebolla y ajo) Pechuga de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz Postre lácteo y pan Caldoso rice Baked chicken breast with lettuce and sweetcorn salad Dairy dessert and bread	14 Menestra de verduras salteadas Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Sautéed minestrone Andalusian-style hake fillet with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread	VE: 2932/701 GT: 17 GS: 3 HC: 99 AZ: 26 PROT: 42 SAL: 2
17 Crema de verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Vegetables cream French omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	18 Potaje de garbanzos (zanahoria, cebolla, patata, ajo y pimentón) Albóndigas de merluza y pota en salsa (guisante, cebolla, zanahoria y orégano) Postre lácteo y pan Chickpeas stew Hake and squid meatballs in sauce (pea, onion, carrot and oregano) Dairy dessert and bread	19 <b>JORNADA CANARIA</b> Sopa de verduras Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Vegetables soup Baked hake with green salad with olives Fruit and bread	20 Alubias estofadas con arroz (cebolla, zanahoria y tomate) Filete de merluza en salsa marinera (tomate, cebolla, ajo y especias) Postre lácteo y pan Stewed beans with rice (onion, carrot and tomato) Seafaring hake (tomato, onion, garlic and spices) Dairy dessert and bread	21 Espirales pomodoro (tomate, cebolla, especias) Pechuga de pollo al limón con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Pomodoro spirals (tomato, onion, spices) Chicken breast with lemon with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	VE: 2712/649 GT: 15 GS: 2 HC: 95 AZ: 27 PROT: 34 SAL: 3
24 Lentejas estofadas con verduras (arroz, zanahoria, tomate, cebolla, patata y pimentón) Pollo asado con patatas panaderas Fruta y pan Stewed lentils with vegetables (rice, carrot, tomato, onion, potato and paprika) Grilled chicken with roasted potatoes Fruit and bread	25 Crema de calabaza Filete de merluza empanada con ensalada de lechuga, tomate y remolacha Postre lácteo y pan Pumpkin soup Breaded hake with lettuce, tomato and beetroot salad Dairy dessert and bread	26 Judías verdes con refrito Huevos en salsa aurora con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta y pan Green beans with refried veggies Aurora (white sauce with tomatoes) eggs with lettuce, carrot & olives Fruit and bread	27 Sopa de verduras Pechuga de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz Postre lácteo y pan Vegetables soup Baked chicken breast with lettuce and sweetcorn salad Dairy dessert and bread	28 Arroz a la cubana Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Cuban-style rice Spanish omelette with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread	VE: 3294/788 GT: 27 GS: 5 HC: 103 AZ: 27 PROT: 37 SAL: 3
31 Macarrones a la napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Filete de merluza en salsa verde (guisante, cebolla, ajo y perejil) Fruta y pan Napolitan macaroni (tomato, zucchini and basil) Hake fillet in green sauce (pea, onion, garlic and parsley) Fruit and bread				Tenemos a su disposición la información sobre alérgenos.	VE: 2759/660 GT: 7 GS: 0 HC: 111 AZ: 27 PROT: 43 SAL: 2