

MES: Noviembre 2020

COLEGIO: LA INMACULADA PP ESCOLAPIOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2 FESTIVO	3 Pasta (sin huevo) con tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Chicken breast with green salad with olives Yoghurt and bread	4 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	5 Crema de calabacín Gratinado de salmón y patatas panadera al orégano Fruta y leche y pan Zucchini cream Salmon and oregan baked potatoes gratin Fruit & milk and bread	6 Alubias estofadas con verduras Lacón al horno con zanahorias salteadas Fruta y pan Beans with vegetables Baked lacón pork with sautéed carrots Fruit and bread	VE: 3046/729 GT: 19 GS: 5 HC: 100 AZ: 27 PROT: 40 SAL: 2
9 Lentejas estofadas con arroz Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Lentil soup with rice Grilled turkey with lettuce and beets Fruit and bread	10 Sopa de verduras Chuleta a la plancha con champiñones salteados Yogur y pan Vegetables soup Grilled pork chop with sautéed mushrooms Yoghurt and bread	11 Pasta (sin huevo ni queso) boloñesa Rape orly con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Pasta with bolognese sauce (egg & cheese free) Breaded monkfish with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	12 Salteado de guisantes con jamón Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Fruta y pan Sautéed peas with ham Grilled hamburger with french fries Fruit and bread	13 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con refrito de ajo y balsámico con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Oven baked hake fillet with fried garlic and parsley with lettuce, tomato and olives salad Fruit and bread	VE: 2892/692 GT: 21 GS: 4 HC: 95 AZ: 25 PROT: 36 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes Lomo al ajillo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y leche y pan Sautéed green beans Tenderloin with garlic with lettuce & tomatoes Fruit & milk and bread	17 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	18 Arroz con magro Filete de palometa con pisto con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta y pan Pork loin with rice Pomfret with ratatouille with lettuce, tomato and olives salad Fruit and bread	19 Lentejas estofadas con verduras Pollo al chilindrón con arroz salteado Fruta y pan Stewed lentils Chicken in "chilindron" gravy with sautéed rice Fruit and bread	20 Pasta (sin huevo) con salsa funghi Bistec de magro a la plancha con ensalada de tomate y atún Yogur y pan Pasta (without egg) with funghi sauce Pork steak with tomato & tuna salad Yoghurt and bread	VE: 3175/760 GT: 20 GS: 6 HC: 138 AZ: 28 PROT: 42 SAL: 3
23 Sopa de pasta (sin huevo) Estofado de pavo con guisantes salteados Fruta y leche y pan Pasta soup (without egg) Turkey stew with sautéed peas Fruit & milk and bread	24 Arroz a la milanese Lomos de jurel en salsa de maíz con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Milanese rice Mackerel loin with sweetcorn sauce with lettuce & carrot Fruit and bread	25 Alubias pintas estofadas Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Stewed pinto beans Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	26 Brócoli gratinado Pollo asado con patatas asadas Yogur y pan Broccoli au gratin Grilled chicken with roasted potatoes Yoghurt and bread	27 Pasta (sin huevo) con tomate Timbal de lubina y patatas a lo pobre Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Sea bass and poor potatoes kettledrum Fruit and bread	VE: 2936/702 GT: 18 GS: 5 HC: 98 AZ: 26 PROT: 71 SAL: 2
30 Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con champiñones salteados Fruta y pan Rice with tomato sauce Chicken breast with sautéed mushrooms Fruit and bread					VE: 2851/682 GT: 7 GS: 0 HC: 120 AZ: 25 PROT: 39 SAL: 2