

MES: Noviembre 2020

COLEGIO: LA INMACULADA PP ESCOLAPIOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2 FESTIVO	3 Pasta (sin gluten) con tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de frutos (lechuga, aceitunas y pipas) Postre especial y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Chicken breast with fruit salad (lettuce, olives, sunflower seeds) Special desserts and bread (gluten free)	4 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)	5 Crema de calabacín Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Zucchini cream Grilled turkey with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	6 Alubias estofadas con verduras Lacón al horno con zanahorias salteadas Fruta y pan (sin gluten) Beans with vegetables Baked lacón pork with sautéed carrots Fruit and bread (gluten free)	VE: 2744/657 GT: 20 GS: 5 HC: 84 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 2
9 Lentejas estofadas con arroz Tortilla francesa con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan (sin gluten) Lentil soup with rice French omelette with lettuce and beets Fruit and bread (gluten free)	10 Sopa de verduras Chuleta a la plancha con champiñones salteados Postre especial y pan (sin gluten) Vegetables soup Grilled pork chop with sautéed mushrooms Special desserts and bread (gluten free)	11 Pasta (sin gluten) con tomate Rape a la plancha con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Grilled monkfish with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread (gluten free)	12 Salteado de guisantes con jamón Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Sautéed peas with ham Grilled hamburger with french fries Fruit and bread (gluten free)	13 Arroz con salsa de tomate Ventresca de merluza a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Grilled hake with lettuce, tomato and olives salad Fruit and bread (gluten free)	VE: 2631/629 GT: 22 GS: 5 HC: 83 AZ: 26 PROT: 34 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes Lomo al ajillo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Sautéed green beans Tenderloin with garlic with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)	17 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)	18 Arroz con magro Filete de palometa con pisto con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta y pan (sin gluten) Pork loin with rice Pomfret with ratatouille with lettuce, tomato and olives salad Fruit and bread (gluten free)	19 Lentejas estofadas con verduras Pollo al chilindrón con arroz salteado Fruta y pan (sin gluten) Stewed lentils Chicken in "chilindron" gravy with sautéed rice Fruit and bread (gluten free)	20 Pasta (sin gluten) con tomate Huevos con tomate con ensalada de tomate y atún Postre especial y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Eggs with tomato with tomato & tuna salad Special desserts and bread (gluten free)	VE: 2978/712 GT: 23 GS: 6 HC: 125 AZ: 28 PROT: 39 SAL: 2
23 Sopa de pasta (sin gluten) Estofado de pavo con guisantes salteados Fruta y pan (sin gluten) Pasta soup (gluten free) Turkey stew with sautéed peas Fruit and bread (gluten free)	24 Arroz con salsa de tomate Lomos de jurel en salsa de maíz con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Mackerel loin with sweetcorn sauce with lettuce & carrot Fruit and bread (gluten free)	25 Alubias pintas estofadas Revuelto de jamón y champiñón con ensalada de frutos (lechuga, aceitunas y pipas) Fruta y pan (sin gluten) Stewed pinto beans Scrambled eggs with ham and mushrooms with fruit salad (lettuce, olives, sunflower seeds) Fruit and bread (gluten free)	26 Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con patatas asadas Postre especial y pan (sin gluten) Sautéed broccoli with potatoes Grilled chicken with roasted potatoes Special desserts and bread (gluten free)	27 Pasta (sin gluten) con tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Grilled tenderloin with lettuce & carrot Fruit and bread (gluten free)	VE: 2671/639 GT: 21 GS: 5 HC: 84 AZ: 26 PROT: 68 SAL: 2
30 Arroz tres delicias Pechuga de pollo a la plancha con champiñones salteados Fruta y pan (sin gluten) Three jewel rice Chicken breast with sautéed mushrooms Fruit and bread (gluten free)				SIN GLUTEN, PLV, MARISCO, PIÑA Y FRESA	VE: 2345/561 GT: 7 GS: 1 HC: 93 AZ: 24 PROT: 34 SAL: 1