

Menú Marzo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1				DÍA 2											
									Sopa de arroz (Rice soup)				Lentejas estofadas (Stewed lentils)							
									Cinta de lomo (Loin)				Lomo de merluza en salsa verde (Floured hake with parsley)							
									Champiñones rehogados (Mushrooms)				Ensalada (Salad)							
									Profiteroles y pan (Chocolate dessert and bread)				Fruta y pan (Fruit and bread)							
V.N.									682,4	51,7	26,0	64,5	740,9	41,4	26,0	91,6				
Propuesta Cenas									Verdura + Pescado + Fruta				Pasta + Carne + Lácteo							
DÍA 5					DÍA 6				DÍA 7				DÍA 8				DÍA 9			
	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato)				Sopa de cocido (Noodles soup)				Coditos al gratén (Pasta with tomato and cheese)				Paella de verduras (Veg paella)				Alubias con verduras (Stewed with vegetables)			
	Albóndigas mixtas en salsa (Meatballs with sauce)				Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat)				Bacalao al horno (Baked cod)				Pollo al ajillo (Chicken with garlic)				Tortilla de patata (Potato omelette)			
	Patatas panadera (Potatoes)				Lácteo y pan (Dairy and bread)				Ensalada (Salad)				Patatas dado (Diced potato)				Ensalada (Salad)			
	Fruta y pan (Fruit and bread)								Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)				Lácteo y pan (Dairy and bread)				Fruta y pan (Fruit and bread)			
V.N.	789,0	19,7	46,3	76,4	789,1	36,9	34,0	88,9	694,6	32,2	28,4	82,3	880,5	53,4	29,6	109,1	774,7	32,7	29,5	99,6
Propuesta Cenas	Pasta+ Pescado + Fruta				Arroz + Huevo + Fruta				Patata+ Ave + Lácteo				Verdura+ Pescado + Fruta				Verdura+ Carne+ Lácteo			
DÍA 12					DÍA 13				DÍA 14				DÍA 15				DÍA 16			
	Guisantes con jamón (Peas with ham)				Judías pintas con chorizo (Beans with sausage)				Crema de zanahoria (Carrot cream)				DÍA DE EXTREMADURA				Coditos al gratén (Pasta with tomato and cheese)			
	Huevos Villarroy (Floured eggs)				Crujiente de bacalao (Floured cod)				Ternera a la jardinera (Veal meat with vegetables)				Garbanzos a la extremeña (Chickpeas with veg and loin)				Merluza la vizcaína (Hake with pepper, tomato...)			
	Ensalada (Salad)				Ensalada (Salad)				Patatas dado (Diced potato)				Pollo adobado (Marinated chicken)				Puré de patata (Potato cream)			
	Fruta y pan (Fruit and bread)				Lácteo y pan (Dairy and bread)				Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)				Bizcocho casero, vaso de leche y pan (Homemade cake, milk and bread)				Fruta y pan (Fruit and bread)			
V.N.	715,6	29,1	37,6	66,6	925,8	34,9	39,2	113,4	684,0	39,0	31,3	64,0	730,6	39,3	26,1	92,8	828,5	31,3	20,8	136,3
Propuesta Cenas	Arroz+ Pescado + Lácteo				Patata+ Ave + Fruta				Arroz + Huevo + Fruta				Verdura + Pescado + Fruta				Verdura + carne + Lácteo			
DÍA 19					DÍA 20				DÍA 21				DÍA 22				DÍA 23			
	Crema de calabacín (Zucchini cream)				Brócoli rehogado con patata (Broccoli with garlic, potato and oil)				Sopa de cocido (Noodles soup)				DÍA DE ANDALUCÍA				FESTIVO			
	Hamburguesa de ternera (Veal Burger)				Filete de pollo (Chicken breast)				Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat)				Patatas con choco (Potatoes with calamari)							
	Patatas (Potatoes)				Ensalada (Salad)				Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)				Boquerones fritos con Ensalada (Fried anchovy with Salad)							
	Fruta y pan (Fruit and bread)				Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)							Lácteo y pan (Dairy and bread)								
V.N.	725,7	23,6	39,3	71,2	613,0	36,3	30,1	52,5	711,5	31,4	31,2	79,5	726,7	38,4	32,6	75,0				
Propuesta Cenas	Arroz + Pescado + Lácteo				Verdura+ Ave + Fruta				Arroz + Pescado + Lácteo				Verdura + Huevo + Fruta							

VALORACIÓN NUTRICIONAL (V.N.): Energía / Proteínas / Lípidos / Hidratos Carbono

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú sin cerdo- Marzo 2018
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1	DÍA 2
					Sopa de arroz (Rice soup) Filete de pollo (Chicken breast) Champiñones rehogados (Mushrooms) Profiteroles y pan (Chocolate dessert and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Lomo de merluza en salsa verde (Floured hake with parsley) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Carne + Lácteo
		DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9
	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido sin cerdo (Chickpeas with vegetables and meat) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Coditos al gratén (Pasta with tomato and cheese) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Paella de verduras (Veg paella) Pollo al ajillo (Chicken with garlic) Patatas dado (Diced potato) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Alubias con verduras (Stewed with vegetables) Tortilla de patata (Potato omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Pasta+ Pescado + Fruta	Arroz + Huevo + Fruta	Patata+ Ave + Lácteo	Verdura+ Pescado + Fruta	Verdura+ Carne+ Lácteo	
		DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16
	Guisantes rehogados con patata (Peas with potatoes) Tortilla francesa (French omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías pintas con verduras (Beans with vegetable) Crujiente de bacalao (Floured cod) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Ternera a la jardinera (Veal meat with vegetables) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE EXTREMADURA Garbanzos a la extremeña SIN CERDO (Chickpeas with veg and pepper) Pollo adobado (Marinated chicken) Bizcocho casero, vaso de leche y pan (Homemade cake, milk and bread)	Coditos al gratén (Pasta with tomato and cheese) Merluza la vizcaína (Hake with pepper, tomato...) Puré de patata (Potato cream) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Arroz+ Pescado + Lácteo	Patata+ Ave + Fruta	Arroz + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + carne + Lácteo	
		DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23
	Crema de calabacín (Zucchini cream) Hamburguesa de ternera (Veal Burger) Patatas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con patata (Broccoli with garlic, potato and oil) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido sin cerdo (Chickpeas with vegetables and meat) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE ANDALUCÍA Patatas con choco (Potatoes with calamari) Boquerones fritos con Ensalada (Fried anchovy with Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	FESTIVO	
Propuesta Cenas	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura+ Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta		

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú sin marisco- Marzo 2018
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1	DÍA 2
					Sopa de arroz (Rice soup) Cinta de lomo (Loin) Champiñones rehogados (Mushrooms) Profiteroles y pan (Chocolate dessert and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Lomo de merluza en salsa verde (Floured hake with parsley) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Carne + Lácteo
		DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9
	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Albóndigas mixtas en salsa (Meatballs with sauce) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Coditos al gratén (Pasta with tomato and cheese) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Paella de verduras (Veg paella) Pollo al ajillo (Chicken with garlic) Patatas dado (Diced potato) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Alubias con verduras (Stewed with vegetables) Tortilla de patata (Potato omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Pasta+ Pescado + Fruta	Arroz + Huevo + Fruta	Patata+ Ave + Lácteo	Verdura+ Pescado + Fruta	Verdura+ Carne+ Lácteo	
		DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16
	Guisantes con jamón (Peas with ham) Tortilla francesa (French omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías pintas con chorizo (Beans with sausage) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Ternera a la jardinera (Veal meat with vegetables) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE EXTREMADURA</u> Garbanzos a la extremeña (Chickpeas with veg and loin) Pollo adobado (Marinated chicken) Bizcocho casero, vaso de leche y pan (Homemade cake, milk and bread)	Coditos al gratén (Pasta with tomato and cheese) Merluza la vizcaína (Hake with pepper, tomato...) Puré de patata (Potato cream) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Arroz+ Pescado + Lácteo	Patata+ Ave + Fruta	Arroz + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + carne + Lácteo	
		DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23
	Crema de calabacín (Zucchini cream) Hamburguesa de ternera (Veal Burger) Patatas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con patata (Broccoli with garlic, potato and oil) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE ANDALUCÍA</u> Patatas guisadas con verduras (Potatoes with vegetables) Boquerones fritos con Ensalada (Fried anchovy with Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	FESTIVO	
Propuesta Cenas	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura+ Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta		

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA
ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú Bajo en colesterol- Marzo 2018
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

				DÍA 1	DÍA 2
				Sopa de arroz (Rice soup) Cinta de lomo (Loin) Champiñones rehogados (Mushrooms) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Lomo de merluza al horno Baked hake) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas				Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Carne + Lácteo
	DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9
	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido sin cerdo (Chickpeas with vegetables and meat) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Coditos con tomate (Pasta with tomato) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Paella de verduras (Veg paella) Pollo al ajillo (Chicken with garlic) Patatas dado (Diced potato) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Alubias con verduras (Stewed with vegetables) Tortilla francesa (french omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Pasta+ Pescado + Fruta	Arroz + Huevo + Fruta	Patata+ Ave + Lácteo	Verdura+ Pescado + Fruta	Verdura+ Carne+ Lácteo
	DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16
	Guisantes rehogados con patata (Peas with potatoes) Tortilla francesa (French omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías pintas con verduras (Beans with vegetable) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Ternera a la jardinera (Veal meat with vegetables) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE EXTREMADURA Garbanzos a la extremeña SIN CERDO (Chickpeas with veg and pepper) Pollo adobado (Marinated chicken) Vaso de leche y pan (Milk and bread)	Coditos con tomate (Pasta with tomato) Merluza al horno Baked hake) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Pescado + Lácteo	Patata+ Ave + Fruta	Arroz + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + carne + Lácteo
	DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23
	Crema de calabacín (Zucchini cream) Cinta de lomo (Loin) Patatas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con patata (Broccoli with garlic, potato and oil) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido sin cerdo (Chickpeas with vegetables and meat) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE ANDALUCÍA Patatas guisadas con verduras (Potatoes with vegetables) Boquerones fritos con Ensalada (Fried anchovy with Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	FESTIVO
Propuesta Cenas	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura+ Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	

LÁCTEOS DESNATADOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú Hipocalórico- Marzo 2018
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

				DÍA 1	DÍA 2
				Sopa de arroz (Rice soup) Cinta de lomo (Loin) Champiñones rehogados (Mushrooms) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Lomo de merluza al horno Baked hake) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas				Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Carne + Lácteo
	DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9
	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Verduras (vegetables) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido sin cerdo (Chickpeas with vegetables and meat) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Coditos con tomate (Pasta with tomato) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Paella de verduras (Veg paella) Pollo al ajillo (Chicken with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Alubias con verduras (Stewed with vegetables) Tortilla francesa (french omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Pasta+ Pescado + Fruta	Arroz + Huevo + Fruta	Patata+ Ave + Lácteo	Verdura+ Pescado + Fruta	Verdura+ Carne+ Lácteo
	DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16
	Guisantes rehogados con patata (Peas with potatoes) Tortilla francesa (French omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías pintas con verduras (Beans with vegetablese) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Ternera a la jardinera (Veal meat with vegetables) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE EXTREMADURA Garbanzos a la extremeña SIN CERDO (Chickpeas with veg and pepper) Pollo al ajillo (Chicken with garlic) Vaso de leche y pan (Milk and bread)	Coditos con tomate (Pasta with tomato) Merluza al horno Baked hake) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Pescado + Lácteo	Patata+ Ave + Fruta	Arroz + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + carne + Lácteo
	DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23
	Crema de calabacín (Zucchini cream) Cinta de lomo (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con patata (Broccoli with garlic, potato and oil) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido sin cerdo (Chickpeas with vegetables and meat) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE ANDALUCÍA Patatas guisadas con verduras (Potatoes with vegetables) Boquerones fritos con Ensalada (Fried anchovy with Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	FESTIVO
Propuesta Cenas	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura+ Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	

LÁCTEOS DESNATADOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú sin pescado blanco- Marzo 2018
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1	DÍA 2
					Sopa de arroz (Rice soup) Cinta de lomo (Loin) Champiñones rehogados (Mushrooms) Profiteroles y pan (Chocolate dessert and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Carne + Lácteo
		DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9
	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Albóndigas mixtas en salsa (Meatballs with sauce) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Coditos al gratén (Pasta with tomato and cheese) Cinta de lomo (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Paella de verduras (Veg paella) Pollo al ajillo (Chicken with garlic) Patatas dado (Diced potato) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Alubias con verduras (Stewed with vegetables) Tortilla de patata (Potato omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Pasta+ Pescado + Fruta	Arroz + Huevo + Fruta	Patata+ Ave + Lácteo	Verdura+ Pescado + Fruta	Verdura+ Carne+ Lácteo	
		DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16
	Guisantes con jamón (Peas with ham) Tortilla francesa (French omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías pintas con chorizo (Beans with sausage) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Ternera a la jardinera (Veal meat with vegetables) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE EXTREMADURA</u> Garbanzos a la extremeña (Chickpeas with veg and loin) Pollo adobado (Marinated chicken) Bizcocho casero, vaso de leche y pan (Homemade cake, milk and bread)	Coditos al gratén (Pasta with tomato and cheese) Cinta de lomo (Loin) Puré de patata (Potato cream) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Arroz+ Pescado + Lácteo	Patata+ Ave + Fruta	Arroz + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + carne + Lácteo	
		DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23
	Crema de calabacín (Zucchini cream) Hamburguesa de ternera (Veal Burger) Patatas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con patata (Broccoli with garlic, potato and oil) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE ANDALUCÍA</u> Patatas con choco (Potatoes with calamari) Boquerones fritos con Ensalada (Fried anchovy with Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	FESTIVO	
Propuesta Cenas	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura+ Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta		

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú sin gluten- Marzo 2018
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

				DÍA 1	DÍA 2
				Sopa de arroz (Rice soup) Cinta de lomo (Loin) Champiñones rehogados (Mushrooms) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Lomo de merluza al horno Baked hake) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas				Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Carne + Lácteo
	DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9
	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (fideos s/g) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Pasta s/g al gratén (Pasta with tomato and cheese) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Paella de verduras (Veg paella) Pollo al ajillo (Chicken with garlic) Patatas dado (Diced potato) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Alubias con verduras (Stewed with vegetables) Tortilla de patata (Potato omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Pasta+ Pescado + Fruta	Arroz + Huevo + Fruta	Patata+ Ave + Lácteo	Verdura+ Pescado + Fruta	Verdura+ Carne+ Lácteo
	DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16
	Guisantes con jamón (Peas with ham) Tortilla francesa (French omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías pintas con chorizo (Beans with sausage) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Ternera a la jardinera (Veal meat with vegetables) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE EXTREMADURA</u> Garbanzos a la extremeña (Chickpeas with veg and loin) Pollo al ajillo (Chicken with garlic) Vaso de leche y pan (Milk and bread)	Pasta s/g al gratén (Pasta with tomato and cheese) Merluza al horno Baked hake) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Pescado + Lácteo	Patata+ Ave + Fruta	Arroz + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + carne + Lácteo
	DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23
	Crema de calabacín (Zucchini cream) Cinta de lomo (Loin) Patatas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con patata (Broccoli with garlic, potato and oil) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)	Sopa de cocido (fideos s/g) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE ANDALUCÍA</u> Patatas con choco (Potatoes with calamari) Tortilla francesa con Ensalada (french omelette with Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	FESTIVO
Propuesta Cenas	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura+ Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura +carne+ Fruta	

PAN Y LÁCTEOS SIN GLUTEN

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú sin huevo- Marzo 2018
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1	DÍA 2
					Sopa de arroz (Rice soup) Cinta de lomo (Loin) Champiñones rehogados (Mushrooms) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Lomo de merluza en salsa verde (Floured hake with parsley) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Carne + Lácteo
		DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9
	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (fideos s/hvo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Pasta s/hvo con tomate (Pasta with tomato) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Paella de verduras (Veg paella) Pollo al ajillo (Chicken with garlic) Patatas dado (Diced potato) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Alubias con verduras (Stewed with vegetables) Salchichas de ave (turkey sausages) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Pasta+ Pescado + Fruta	Arroz +verduras + Fruta	Patata+ Ave + Lácteo	Verdura+ Pescado + Fruta	Verdura+ Carne+ Lácteo	
		DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16
	Guisantes con jamón (Peas with ham) Cinta de lomo (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías pintas con chorizo (Beans with sausage) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Ternera a la jardinera (Veal meat with vegetables) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE EXTREMADURA</u> Garbanzos a la extremeña (Chickpeas with veg and loin) Pollo adobado (Marinated chicken) Vaso de leche y pan (Milk and bread)	Pasta s/hvo con tomate (Pasta with tomato) Merluza la vizcaína (Hake with pepper, tomato...) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Arroz+ Pescado + Lácteo	Patata+ Ave + Fruta	Arroz + verduras + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + carne + Lácteo	
		DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23
	Crema de calabacín (Zucchini cream) Hamburguesa de ternera (Veal Burger) Patatas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con patata (Broccoli with garlic, potato and oil) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)	Sopa de cocido (fideos s/hvo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE ANDALUCÍA</u> Patatas con choco (Potatoes with calamari) Boquerones fritos con Ensalada (Fried anchovy with Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	FESTIVO	
Propuesta Cenas	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura+ Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura + carne + Fruta		

LÁCTEOS SIN HUEVO

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú sin huevo ni frutos secos- Marzo 2018
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

				DÍA 1	DÍA 2
				Sopa de arroz (Rice soup) Cinta de lomo (Loin) Champiñones rehogados (Mushrooms) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Lomo de merluza en salsa verde (Floured hake with parsley) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas				Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Carne + Lácteo
	DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9
	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (fideos s/hvo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Pasta s/hvo con tomate (Pasta with tomato) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Paella de verduras (Veg paella) Pollo al ajillo (Chicken with garlic) Patatas dado (Diced potato) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Alubias con verduras (Stewed with vegetables) Salchichas de ave (turkey sausages) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Pasta+ Pescado + Fruta	Arroz +verduras + Fruta	Patata+ Ave + Lácteo	Verdura+ Pescado + Fruta	Verdura+ Carne+ Lácteo
	DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16
	Guisantes con jamón (Peas with ham) Cinta de lomo (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías pintas con chorizo (Beans with sausage) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Ternera a la jardinera (Veal meat with vegetables) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE EXTREMADURA Garbanzos a la extremeña (Chickpeas with veg and loin) Pollo adobado (Marinated chicken) Vaso de leche y pan (Milk and bread)	Pasta s/hvo con tomate (Pasta with tomato) Merluza la vizcaína (Hake with pepper, tomato...) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Pescado + Lácteo	Patata+ Ave + Fruta	Arroz + verduras + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + carne + Lácteo
	DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23
	Crema de calabacín (Zucchini cream) Hamburguesa de ternera (Veal Burger) Patatas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con patata (Broccoli with garlic, potato and oil) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)	Sopa de cocido (fideos s/hvo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE ANDALUCÍA Patatas con choco (Potatoes with calamari) Boquerones fritos con Ensalada (Fried anchovy with Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	FESTIVO
Propuesta Cenas	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura+ Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura + carne + Fruta	

LÁCTEOS SIN HUEVO NI FRUTOS SECOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú sin lactosa- Marzo 2018
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1	DÍA 2
					Sopa de arroz (Rice soup) Cinta de lomo (Loin) Champiñones rehogados (Mushrooms) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Lomo de merluza en salsa verde (Floured hake with parsley) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Carne + Postre s/l
		DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9
	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Coditos con tomate (Pasta with tomato) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Paella de verduras (Veg paella) Pollo al ajillo (Chicken with garlic) Patatas dado (Diced potato) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Alubias con verduras (Stewed with vegetables) Tortilla de patata (Potato omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Pasta+ Pescado + Fruta	Arroz + Huevo + Fruta	Patata+ Ave + Postre s/l	Verdura+ Pescado + Fruta	Verdura+ Carne+ Postre s/l	
		DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16
	Guisantes rehogados con patata (Peas with potatoes) Tortilla francesa (French omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías pintas con chorizo (Beans with sausage) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Ternera a la jardinera (Veal meat with vegetables) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE EXTREMADURA</u> Garbanzos a la extremeña (Chickpeas with veg and loin) Pollo adobado (Marinated chicken) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Coditos con tomate (Pasta with tomato) Merluza la vizcaína (Hake with pepper, tomato...) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Arroz+ Pescado + Postre s/l	Patata+ Ave + Fruta	Arroz + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + carne + Postre s/l	
		DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23
	Crema de calabacín (Zucchini cream) Cinta de lomo (Loin) Patatas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con patata (Broccoli with garlic, potato and oil) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE ANDALUCÍA</u> Patatas con choco (Potatoes with calamari) Boquerones fritos con Ensalada (Fried anchovy with Salad) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	FESTIVO	
Propuesta Cenas	Arroz + Pescado + Postre s/l	Verdura+ Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Postre s/l	Verdura + Huevo + Fruta		

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú sin huevo ni lactosa- Marzo 2018
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1	DÍA 2
					Sopa de arroz (Rice soup) Cinta de lomo (Loin) Champiñones rehogados (Mushrooms) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Lomo de merluza en salsa verde (Floured hake with parsley) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Carne + Postre s/l
		DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9
	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (fideos s/hvo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Pasta s/hvo con tomate (Pasta with tomato) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Paella de verduras (Veg paella) Pollo al ajillo (Chicken with garlic) Patatas dado (Diced potato) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Alubias con verduras (Stewed with vegetables) Salchichas de ave (turkey sausages) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Pasta+ Pescado + Fruta	Arroz + verduras + Fruta	Patata+ Ave + Postre s/l	Verdura+ Pescado + Fruta	Verdura+ Carne+ Postre s/l	
		DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16
	Guisantes rehogados con patata (Peas with potatoes) Cinta de lomo (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías pintas con chorizo (Beans with sausage) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Ternera a la jardinera (Veal meat with vegetables) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE EXTREMADURA</u> Garbanzos a la extremeña (Chickpeas with veg and loin) Pollo adobado (Marinated chicken) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Pasta s/hvo con tomate (Pasta with tomato) Merluza la vizcaína (Hake with pepper, tomato...) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Arroz+ Pescado + Postre s/l	Patata+ Ave + Fruta	Arroz +verduras + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + carne + Postre s/l	
		DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23
	Crema de calabacín (Zucchini cream) Cinta de lomo (Loin) Patatas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con patata (Broccoli with garlic, potato and oil) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Sopa de cocido (fideos s/hvo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE ANDALUCÍA</u> Patatas con choco (Potatoes with calamari) Boquerones fritos con Ensalada (Fried anchovy with Salad) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	FESTIVO	
Propuesta Cenas	Arroz + Pescado +Postre s/l	Verdura+ Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Postre s/l	Verdura + carne + Fruta		

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú sin huevo, marisco ni frutos secos- Marzo 2018
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1	DÍA 2
					Sopa de arroz (Rice soup) Cinta de lomo (Loin) Champiñones rehogados (Mushrooms) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Lomo de merluza en salsa verde (Floured hake with parsley) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Carne + Lácteo
		DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9
	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (fideos s/hvo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Pasta s/hvo con tomate (Pasta with tomato) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Paella de verduras (Veg paella) Pollo al ajillo (Chicken with garlic) Patatas dado (Diced potato) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Alubias con verduras (Stewed with vegetables) Salchichas de ave (turkey sausages) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Pasta+ Pescado + Fruta	Arroz +verduras + Fruta	Patata+ Ave + Lácteo	Verdura+ Pescado + Fruta	Verdura+ Carne+ Lácteo	
		DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16
	Guisantes con jamón (Peas with ham) Cinta de lomo (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías pintas con chorizo (Beans with sausage) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Ternera a la jardinera (Veal meat with vegetables) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE EXTREMADURA</u> Garbanzos a la extremeña (Chickpeas with veg and loin) Pollo adobado (Marinated chicken) Vaso de leche y pan (Milk and bread)	Pasta s/hvo con tomate (Pasta with tomato) Merluza la vizcaína (Hake with pepper, tomato...) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Arroz+ Pescado + Lácteo	Patata+ Ave + Fruta	Arroz + verduras + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + carne + Lácteo	
		DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23
	Crema de calabacín (Zucchini cream) Hamburguesa de ternera (Veal Burger) Patatas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con patata (Broccoli with garlic, potato and oil) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)	Sopa de cocido (fideos s/hvo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE ANDALUCÍA</u> Patatas guisadas con verduras (Potatoes with vegetables) Boquerones fritos con Ensalada (Fried anchovy with Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	FESTIVO	
Propuesta Cenas	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura+ Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura + carne + Fruta		

LÁCTEOS SIN HUEVO NI FRUTOS SECOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú sin huevo, leche, frutos secos, espinacas ni lentejas- Marzo 2018
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1	DÍA 2
					Sopa de arroz (Rice soup) Cinta de lomo (Loin) Champiñones rehogados (Mushrooms) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Patatas estofadas (Stewed potatoes) Lomo de merluza en salsa verde (Floured hake with parsley) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Carne + Postre s/l
		DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9
	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (fideos s/hvo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Pasta s/hvo con tomate (Pasta with tomato) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Paella de verduras (Veg paella) Pollo al ajillo (Chicken with garlic) Patatas dado (Diced potato) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Alubias con verduras (Stewed with vegetables) Salchichas de ave (turkey sausages) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Pasta+ Pescado + Fruta	Arroz + verduras + Fruta	Patata+ Ave + Postre s/l	Verdura+ Pescado + Fruta	Verdura+ Carne+ Postre s/l	
		DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16
	Guisantes rehogados con patata (Peas with potatoes) Cinta de lomo (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías pintas con chorizo (Beans with sausage) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Ternera a la jardinera (Veal meat with vegetables) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE EXTREMADURA</u> Garbanzos a la extremeña (Chickpeas with veg and loin) Pollo adobado (Marinated chicken) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Pasta s/hvo con tomate (Pasta with tomato) Merluza la vizcaína (Hake with pepper, tomato...) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Arroz+ Pescado + Postre s/l	Patata+ Ave + Fruta	Arroz +verduras + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + carne + Postre s/l	
		DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23
	Crema de calabacín (Zucchini cream) Cinta de lomo (Loin) Patatas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con patata (Broccoli with garlic, potato and oil) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Sopa de cocido (fideos s/hvo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE ANDALUCÍA</u> Patatas con choco (Potatoes with calamari) Boquerones fritos con Ensalada (Fried anchovy with Salad) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	FESTIVO	
Propuesta Cenas	Arroz + Pescado +Postre s/l	Verdura+ Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Postre s/l	Verdura + carne + Fruta		

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú sin pescado ni marisco- Marzo 2018
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

		DÍA 1			DÍA 2						
				Sopa de arroz (Rice soup)	Lentejas estofadas (Stewed lentils)						
				Cinta de lomo (Loin)	Filete de pollo (Chicken breast)						
				Champiñones rehogados (Mushrooms)	Ensalada (Salad)						
				Profiteroles y pan (Chocolate dessert and bread)	Fruta y pan (Fruit and bread)						
Propuesta Cenas				Verdura + Ave + Fruta	Pasta + Carne + Lácteo						
		DÍA 5		DÍA 6		DÍA 7		DÍA 8		DÍA 9	
		Judías verdes con tomate (Green beans with tomato)		Sopa de cocido (Noodles soup)		Coditos al gratén (Pasta with tomato and cheese)		Paella de verduras (Veg paella)		Alubias con verduras (Stewed with vegetables)	
		Albóndigas mixtas en salsa (Meatballs with sauce)		Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat)		Cinta de lomo (Loin)		Pollo al ajillo (Chicken with garlic)		Tortilla de patata (Potato omelette)	
		Patatas panadera (Potatoes)		Lácteo y pan (Dairy and bread)		Ensalada (Salad)		Patatas dado (Diced potato)		Ensalada (Salad)	
		Fruta y pan (Fruit and bread)				Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)		Lácteo y pan (Dairy and bread)		Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas		Pasta+ verduras + Fruta		Arroz + Huevo + Fruta		Patata+ Ave + Lácteo		Verdura+ carne + Fruta		Verdura+ Ave+ Lácteo	
		DÍA 12		DÍA 13		DÍA 14		DÍA 15		DÍA 16	
		Guisantes con jamón (Peas with ham)		Judías pintas con chorizo (Beans with sausage)		Crema de zanahoria (Carrot cream)		<u>DÍA DE EXTREMADURA</u> 		Coditos al gratén (Pasta with tomato and cheese)	
		Tortilla francesa (French omelette)		Filete de pollo (Chicken breast)		Ternera a la jardinera (Veal meat with vegetables)		Garbanzos a la extremeña (Chickpeas with veg and loin)		Cinta de lomo (Loin)	
		Ensalada (Salad)		Ensalada (Salad)		Patatas dado (Diced potato)		Pollo adobado (Marinated chicken)		Puré de patata (Potato cream)	
		Fruta y pan (Fruit and bread)		Lácteo y pan (Dairy and bread)		Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)		Bizcocho casero, vaso de leche y pan (Homemade cake, milk and bread)		Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas		Arroz+ verduras + Lácteo		Patata+ Ave + Fruta		Arroz + Huevo + Fruta		Verdura + carne + Fruta		Verdura + Huevo + Lácteo	
		DÍA 19		DÍA 20		DÍA 21		DÍA 22		DÍA 23	
		Crema de calabacín (Zucchini cream)		Brócoli rehogado con patata (Broccoli with garlic, potato and oil)		Sopa de cocido (Noodles soup)		<u>DÍA DE ANDALUCÍA</u> 		FESTIVO	
		Hamburguesa de ternera (Veal Burger)		Filete de pollo (Chicken breast)		Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat)		Patatas guisadas con verduras (Potatoes with vegetables)			
		Patatas (Potatoes)		Ensalada (Salad)		Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)		Tortilla francesa con Ensalada (french omelette with Salad)			
		Fruta y pan (Fruit and bread)		Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)				Lácteo y pan (Dairy and bread)			
Propuesta Cenas		Arroz + verduras + Lácteo		Verdura+ Ave + Fruta		Arroz + verduras+ Lácteo		Verdura + Huevo + Fruta			

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú sin pescado ni prot. de la leche de vaca- Marzo 2018
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1	DÍA 2
					Sopa de arroz (Rice soup) Cinta de lomo (Loin) Champiñones rehogados (Mushrooms) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas					Verdura + Ave + Fruta	Pasta + Carne + Postre s/l
		DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9
	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Coditos con tomate (Pasta with tomato) Cinta de lomo (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Paella de verduras (Veg paella) Pollo al ajillo (Chicken with garlic) Patatas dado (Diced potato) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Alubias con verduras (Stewed with vegetables) Tortilla de patata (Potato omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Pasta+ verduras + Fruta	Arroz + Huevo + Fruta	Patata+ Ave + Postre s/l	Verdura+ carne + Fruta	Verdura+ Ave+ Postre s/l	
		DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16
	Guisantes rehogados con patata (Peas with potatoes) Tortilla francesa (French omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías pintas con chorizo (Beans with sausage) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Ternera a la jardinera (Veal meat with vegetables) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE EXTREMADURA</u> Garbanzos a la extremeña (Chickpeas with veg and loin) Pollo adobado (Marinated chicken) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Coditos con tomate (Pasta with tomato) Cinta de lomo (Loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Arroz+ verduras + Postre s/l	Patata+ Ave + Fruta	Arroz + Huevo + Fruta	Verdura + carne + Fruta	Verdura + Ave + Postre s/l	
		DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23
	Crema de calabacín (Zucchini cream) Cinta de lomo (Loin) Patatas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con patata (Broccoli with garlic, potato and oil) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE ANDALUCÍA</u> Patatas guisadas con verduras (Potatoes with vegetables) Tortilla francesa con Ensalada (french omelette with Salad) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	FESTIVO	
Propuesta Cenas	Arroz + verduras + Postre s/l	Verdura+ Ave + Fruta	Arroz +verduras + Postre s/l	Verdura + Huevo + Fruta		

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú sin legumbre ni frutos secos- Marzo 2018
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

				DÍA 1	DÍA 2
				Sopa de arroz (Rice soup) Cinta de lomo (Loin) Champiñones rehogados (Mushrooms) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Patatas estofadas (Stewed potatoes) Lomo de merluza en salsa verde (Floured hake with parsley) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas				Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Carne + Lácteo
	DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodles soup) Ternera guisada (Stewed Veal) Patatas dado (Diced potato) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Coditos al gratén (Pasta with tomato and cheese) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Paella de verduras (Veg paella) Pollo al ajillo (Chicken with garlic) Patatas dado (Diced potato) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Tortilla de patata (Potato omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Pasta+ Pescado + Fruta	Arroz + Huevo + Fruta	Patata+ Ave + Lácteo	Verdura+ Pescado + Fruta	Verdura+ Carne+ Lácteo
	DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16
	Champiñones rehogados (Mushrooms with garlic) Tortilla francesa (French omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas con chorizo (potatoes with sausage) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Ternera guisada (Stewed Veal) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Patatas estofadas (Stewed potatoes) Pollo adobado (Marinated chicken) Bizcocho casero, vaso de leche y pan (Homemade cake, milk and bread)	Coditos al gratén (Pasta with tomato and cheese) Merluza la vizcaína (Hake with pepper, tomato...) Puré de patata (Potato cream) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Pescado + Lácteo	Patata+ Ave + Fruta	Arroz + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + carne + Lácteo
	DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23
	Crema de calabacín (Zucchini cream) Cinta de lomo (Loin) Patatas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con patata (Broccoli with garlic, potato and oil) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)	Sopa de fideos (Noodles soup) Ternera guisada (Stewed Veal) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE ANDALUCÍA Patatas con choco (Potatoes with calamari) Boquerones fritos con Ensalada (Fried anchovy with Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	FESTIVO
Propuesta Cenas	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura+ Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	

LÁCTEOS SIN FRUTOS SECOS NI SOJA

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú sin pescado-marisco, huevo ni prot. de la leche- Marzo 2018
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1	DÍA 2
					Sopa de arroz (Rice soup) Cinta de lomo (Loin) Champiñones rehogados (Mushrooms) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas					Verdura + Ave + Fruta	Pasta + verduras + Postre s/l
		DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9
	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (fideos s/hvo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Pasta s/hvo con tomate (Pasta with tomato) Cinta de lomo (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Paella de verduras (Veg paella) Pollo al ajillo (Chicken with garlic) Patatas dado (Diced potato) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Alubias con verduras (Stewed with vegetables) Salchichas de ave (turkey sausages) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Pasta+ verduras + Fruta	Arroz + verduras + Fruta	Patata+ Ave + Postre s/l	Verdura+ carne + Fruta	Verdura+ Arroz+ Postre s/l	
		DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16
	Guisantes rehogados con patata (Peas with potatoes) Cinta de lomo (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías pintas con chorizo (Beans with sausage) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Ternera a la jardinera (Veal meat with vegetables) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE EXTREMADURA</u> Garbanzos a la extremeña (Chickpeas with veg and loin) Pollo adobado (Marinated chicken) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Pasta s/hvo con tomate (Pasta with tomato) Cinta de lomo (Loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Arroz+verduras + Postre s/l	Patata+ Ave + Fruta	Arroz +verduras + Fruta	Verdura + carne + Fruta	Verdura +Ave + Postre s/l	
		DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23
	Crema de calabacín (Zucchini cream) Cinta de lomo (Loin) Patatas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con patata (Broccoli with garlic, potato and oil) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	Sopa de cocido (fideos s/hvo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with vegetables and meat) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE ANDALUCÍA</u> Patatas guisadas con verduras (Potatoes with vegetables) Cinta de lomo con Ensalada (Loin with Salad) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)	FESTIVO	
Propuesta Cenas	Arroz + verduras +Postre s/l	Verdura+ carne + Fruta	Arroz + verduras + Postre s/l	Verdura +Ave + Fruta		

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú sin pescado, legumbre, huevo ni maíz- Marzo 2018
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

				DÍA 1	DÍA 2
				Sopa de arroz (Rice soup) Cinta de lomo (Loin) Champiñones rehogados (Mushrooms) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Patatas estofadas (Stewed potatoes) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas				Verdura + Ave + Fruta	Pasta + Carne + Lácteo
	DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos s/hvo (Noodles soup) Ternera guisada (Stewed Veal) Patatas dado (Diced potato) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Pasta s/hvo con tomate (Pasta with tomato) Cinta de lomo (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Paella de verduras (Veg paella) Pollo al ajillo (Chicken with garlic) Patatas dado (Diced potato) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Filete de sajonia (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Pasta+ verduras + Fruta	Arroz +verduras + Fruta	Patata+ Ave + Lácteo	Verdura+ carne + Fruta	Verdura+ Ave+ Lácteo
	DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16
	Champiñones rehogados (Mushrooms with garlic) Cinta de lomo (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas con chorizo (potatoes with sausage) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Ternera guisada (Stewed Veal) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Patatas estofadas (Stewed potatoes) Pollo adobado (Marinated chicken) Vaso de leche y pan (Milk and bread)	Pasta s/hvo con tomate (Pasta with tomato) Cinta de lomo (Loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ verduras + Lácteo	Patata+ Ave + Fruta	Arroz + verduras + Fruta	Verdura + carne + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo
	DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23
	Crema de calabacín (Zucchini cream) Cinta de lomo (Loin) Patatas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con patata (Broccoli with garlic, potato and oil) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)	Sopa de fideos s/hvo (Noodles soup) Ternera guisada (Stewed Veal) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE ANDALUCÍA Patatas guisadas con verduras (Potatoes with vegetables) Cinta de lomo con Ensalada (Loin with Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	FESTIVO
Propuesta Cenas	Arroz + verduras + Lácteo	Verdura+ carne + Fruta	Arroz + verduras + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	

LÁCTEOS SIN HUEVO NI SOJA

NO SE UTILIZARÁ HARINA DE MAÍZ NI MAÍZ EN SÍ

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Menú sin lactosa, pescado-marisco, legumbre, huevo, frutos secos, melocotón ni derivados- Marzo 2018
 Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

				DÍA 1	DÍA 2
				Sopa de arroz (Rice soup) Cinta de lomo (Loin) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas estofadas (Stewed potatoes) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas				Verdura + Ave + Fruta	Pasta + Carne + Postre s/l
	DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos s/hvo (Noodles soup) Ternera guisada (Stewed Veal) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/hvo con tomate (Pasta with tomato) Cinta de lomo (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Paella de verduras (Veg paella) Pollo al ajillo (Chicken with garlic) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Filete de sjonina (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Pasta+ verduras + Fruta	Arroz +verduras + Fruta	Patata+ Ave + Postre s/l	Verdura+ carne + Fruta	Verdura+ Ave+ Postre s/l
	DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16
	Champiñones rehogados (Mushrooms with garlic) Cinta de lomo (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas con chorizo (potatoes with sausage) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Ternera guisada (Stewed Veal) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Patatas estofadas (Stewed potatoes) Pollo adobado (Marinated chicken) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/hvo con tomate (Pasta with tomato) Cinta de lomo (Loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ verduras + Postre s/l	Patata+ Ave + Fruta	Arroz + verduras + Fruta	Verdura + carne + Fruta	Verdura + Ave + Postre s/l
	DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23
	Crema de calabacín (Zucchini cream) Cinta de lomo (Loin) Patatas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con patata (Broccoli with garlic, potato and oil) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos s/hvo (Noodles soup) Ternera guisada (Stewed Veal) Patatas dado (Diced potato) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE ANDALUCÍA  Patatas guisadas con verduras (Potatoes with vegetables) Cinta de lomo con Ensalada (Loin with Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO
Propuesta Cenas	Arroz + verduras + Postre s/l	Verdura+ carne + Fruta	Arroz + verduras + Postre s/l	Verdura + Ave + Fruta	

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA (NO melocotón ni derivados)
 ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)