

Menú Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2				DÍA 3				DÍA 4				DÍA 5				DÍA 6			
	FIESTA				Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Escalope de pollo (Breaded chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)				Risotto de bacon (Bacon risotto) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan integral (Natural fruit smoothie and whole wheat bread)				Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)				Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)			
V.N.					772,0	34,4	29,2	96,8	798,3	34,6	37,1	87,2	750,2	34,9	25,8	100,6	754,8	34,6	33,9	83,0
	DÍA 9				DÍA 10				DÍA 11				DÍA 12				DÍA 13			
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)				Sopa de pescado (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)				Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Caballa en aceite (Stewed lean pork) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)				Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)				Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)			
V.N.	625,8	36,9	31,6	52,4	647,1	34,0	30,6	61,2	808,6	49,6	29,8	90,8	753,7	18,0	46,2	67,0	776,1	46,3	24,4	98,8
	DÍA 16				DÍA 17				DÍA 18				DÍA 19				DÍA 20			
	Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)				Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)				Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Vaso de leche con bizcocho casero y pan integral (Glass of milk with homemade cake and whole wheat bread)				Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)				Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)			
V.N.	720,6	22,7	29,9	96,0	779,2	36,3	25,1	108,3	859,8	45,0	39,0	85,7	746,3	42,3	34,2	71,5	754,8	34,6	33,9	83,0
	DÍA 23				DÍA 24				DÍA 25				DÍA 26				DÍA 27			
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)				Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)				Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Nugguets de salmon (Salmon nugguets) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)				Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)				SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con salmón (Pasta with salmon) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)			
V.N.	793,5	30,5	26,4	115,6	777,4	41,3	27,6	93,4	821,8	21,6	45,6	83,9	641,4	41,4	27,0	61,6	714,2	32,0	32,2	73,4
	DÍA 30				DÍA 31															
	Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Huevos villarroy (Floured eggs) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)				Lasaña boloñesa (Lasagna bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)															
V.N.	754,0	31,6	31,2	89,5	812,5	34,9	33,8	98,7												

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...)



Menú sin frutos secos - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Risotto de bacon (Bacon risotto) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan (Natural fruit smoothie and bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con salmón (Pasta with salmon) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Huevos villarroy (Floured eggs) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lasaña boloñesa (Lasagna bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

PAN SIN SÉSAMO. LÁCTEOS SIN 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 frutos secos, sésamo y castañas - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Risotto de bacon (Bacon risotto) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan (Natural fruit smoothie and bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con salmón (Pasta with salmon) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Huevos villarroy (Floured eggs) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lasaña boloñesa (Lasagna bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

PAN SIN SÉSAMO. LÁCTEOS SIN 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 sésamo, melocotón, piña y melón - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Risotto de bacon (Bacon risotto) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan (Natural fruit smoothie and bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con salmón (Pasta with salmon) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Huevos villarroy (Floured eggs) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lasaña boloñesa (Lasagna bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

PAN SIN SÉSAMO. LÁCTEOS SIN FRUTOS SECOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA. No melocotón, piña y melón

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



Menú sin nueces - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Risotto de bacon (Bacon risotto) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan (Natural fruit smoothie and bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con salmón (Pasta with salmon) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Huevos villarroy (Floured eggs) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lasaña boloñesa (Lasagna bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

PAN SIN SÉSAMO. LÁCTEOS SIN 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 nuez, castaña ni avellana - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Risotto de bacon (Bacon risotto) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan (Natural fruit smoothie and bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con salmón (Pasta with salmon) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Huevos villarroy (Floured eggs) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lasaña boloñesa (Lasagna bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

PAN SIN SÉSAMO. LÁCTEOS SIN 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 frutos secos ni kiwi - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Risotto de bacon (Bacon risotto) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan (Natural fruit smoothie and bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con salmón (Pasta with salmon) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Huevos villarroy (Floured eggs) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lasaña boloñesa (Lasagna bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

PAN SIN SÉSAMO. LÁCTEOS SIN FRUTOS SECOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA. No kiwi

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 frutos secos, kiwi, pelar toda la fruta y quitar amarillo del melón - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Risotto de bacon (Bacon risotto) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan (Natural fruit smoothie and bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con salmón (Pasta with salmon) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Huevos villarroy (Floured eggs) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lasaña boloñesa (Lasagna bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

PAN SIN SÉSAMO. LÁCTEOS SIN FRUTOS SECOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA pelada. No kiwi y quitar lo amarillo del melón
ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)



Menú sin cacahuete ni kiwi - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Risotto de bacon (Bacon risotto) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan (Natural fruit smoothie and bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con salmón (Pasta with salmon) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Huevos villarroy (Floured eggs) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lasaña boloñesa (Lasagna bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

LÁCTEOS SIN CACAHUETE

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA. No kiwi

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



Menú sin frutos secos ni mango - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Risotto de bacon (Bacon risotto) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan (Natural fruit smoothie and bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con salmón (Pasta with salmon) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Huevos villarroy (Floured eggs) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lasaña boloñesa (Lasagna bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

PAN SIN SÉSAMO. LÁCTEOS SIN FRUTOS SECOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA. No mango

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 frutos secos, pera, melocotón, kiwi ni plátano - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Risotto de bacon (Bacon risotto) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan (Natural fruit smoothie and bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con salmón (Pasta with salmon) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Huevos villarroy (Floured eggs) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lasaña boloñesa (Lasagna bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

PAN SIN SÉSAMO. LÁCTEOS SIN FRUTOS SECOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA. No pera, melocotón, kiwi ni plátano

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 leche - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Escalope de pollo (Breaded chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur con bizcocho casero y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Nugguets de salmon (Salmon nugguets) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con salmón (Pasta with salmon) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Huevos villarroy (Floured eggs) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lasaña boloñesa (Lasagna bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

NO SE DARÁ LECHE BEBIDA

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 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Escalope de pollo (Breaded chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan integral (Natural fruit smoothie and whole wheat bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Tortilla francesa (Omelette) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodles soup) Cocido sin cerdo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9 Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 10 Sopa de pescado (Fish soup) Tortilla francesa (Omelette) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 11 Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	DÍA 12 Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas de ternera en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 13 Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16 Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 17 Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 18 Lentejas con verduras (Stewed lentils with vegetables) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Vaso de leche con bizcocho casero y pan integral (Glass of milk with homemade cake and whole wheat bread)	DÍA 19 Guisantes rehogados (Sautéed green peas) Pastel de carne (sin cerdo) (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 20 Sopa de fideos (Noodles soup) Cocido sin cerdo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23 Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 24 Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 25 Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Nuggets de salmon (Salmon nuggets) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	DÍA 26 Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 27 SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con salmón (Pasta with salmon) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30 Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Huevos villarroy (Floured eggs) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 31 Lasaña boloñesa de ternera (Lasagna bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

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 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLOGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo plancha (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao encebollado (Cod with onion) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan (Natural fruit smoothie and bread)	Pasta s/gluten con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (fideos s/gluten) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza al ajillo (Garlic hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (fideos s/gluten) (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/gluten al gratén (Pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan (Yogurt and bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Filete de ternera (Veal steak) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Pasta s/gluten napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza al horno (Baked hake) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan (Yogurt and bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (fideos s/gluten) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan (Yogurt and bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Pasta s/gluten con salmón (Pasta with salmon) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLOGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Tortilla de patata (Omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/gluten boloñesa (Pasta bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

PAN Y LÁCTEOS SIN GLUTEN

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

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



Menú sin gluten, plátano ni pera - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
FIESTA	<p>Crema de calabacín ECOLOGICA (Organic zucchini cream)</p> <p>Filete de pollo plancha (Chicken breast)</p> <p>Arroz pilaf (Rice)</p> <p>Fruta y pan (Fruit and bread)</p>	<p>Arroz con verduras (Rice with vegetables)</p> <p>Bacalao encebollado (Cod with onion)</p> <p>Ensalada variada (Mixed salad)</p> <p>Batido natural de frutas y pan (Natural fruit smoothie and bread)</p>	<p>Pasta s/gluten con tomate (Pasta with tomato sauce)</p> <p>Cinta de lomo al horno (Baked loin)</p> <p>Patatas panadera (Potatoes)</p> <p>Fruta y pan (Fruit and bread)</p>	<p>Sopa de cocido (fideos s/gluten) (Noodles soup)</p> <p>Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables)</p> <p>Yogur y pan (Yogurt and bread)</p>
DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
<p>Lentejas estofadas (Stewed lentils)</p> <p>Merluza al ajillo (Garlic hake)</p> <p>Ensalada variada (Mixed salad)</p> <p>Fruta y pan (Fruit and bread)</p>	<p>Sopa de pescado (fideos s/gluten) (Fish soup)</p> <p>Magro de cerdo (Stewed lean pork)</p> <p>Patatas dado (Diced potatoes)</p> <p>Fruta y pan (Fruit and bread)</p>	<p>Pasta s/gluten al gratén (Pasta with cheese)</p> <p>Caballa en aceite (Mackerel in oil)</p> <p>Ensalada variada (Mixed salad)</p> <p>Yogur y pan (Yogurt and bread)</p>	<p>Crema de calabaza (Pumpkin cream)</p> <p>Filete de ternera (Veal steak)</p> <p>Champiñones salteados (Sautéed mushrooms)</p> <p>Fruta y pan (Fruit and bread)</p>	<p>Paella hortelana (Vegetable paella)</p> <p>Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs)</p> <p>Ensalada variada (Mixed salad)</p> <p>Natillas y pan (Custard and bread)</p>
DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
<p>Pasta s/gluten napolitana (Pasta with tomato sauce)</p> <p>Tortilla de calabacín (Zucchini omelette)</p> <p>Ensalada variada (Mixed salad)</p> <p>Fruta y pan (Fruit and bread)</p>	<p>Arroz con tomate (Rice with tomato sauce)</p> <p>Ragout de pavo (Turkey ragout)</p> <p>Ensalada variada (Mixed salad)</p> <p>Fruta y pan (Fruit and bread)</p>	<p>Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage)</p> <p>Merluza al horno (Baked hake)</p> <p>Ensalada variada (Mixed salad)</p> <p>Yogur y pan (Yogurt and bread)</p>	<p>Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon)</p> <p>Pastel de carne (Meat pie)</p> <p>Patatas gajo (Potatoes)</p> <p>Fruta y pan (Fruit and bread)</p>	<p>Sopa de cocido (fideos s/gluten) (Noodles soup)</p> <p>Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables)</p> <p>Yogur y pan (Yogurt and bread)</p>
DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
<p>Arroz tres delicias (Three delights rice)</p> <p>Bacalao encebollado (Cod with onion)</p> <p>Puré de patatas (Mashed potatoes)</p> <p>Fruta y pan (Fruit and bread)</p>	<p>Alubias blancas estofadas (Stewed white beans)</p> <p>Ragout de ternera (Veal ragout)</p> <p>Zanahorias salteadas (Sautéed carrots)</p> <p>Fruta y pan (Fruit and bread)</p>	<p>Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables)</p> <p>Salmón al horno (Baked salmon)</p> <p>Ensalada variada (Mixed salad)</p> <p>Yogur y pan (Yogurt and bread)</p>	<p>Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans)</p> <p>Pollo asado (Roasted chicken)</p> <p>Patatas panadera (Potatoes)</p> <p>Fruta y pan (Fruit and bread)</p>	<p>SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS</p> <p>Pasta s/gluten con salmón (Pasta with salmon)</p> <p>Tortilla de queso (Cheese omelette)</p> <p>Espinacas rehogadas (Sautéed spinach)</p> <p>Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)</p> 
DÍA 30	DÍA 31			
<p>Lentejas ECOLOGICAS estofadas (Organic stewed lentils)</p> <p>Tortilla de patata (Omelette)</p> <p>Ensalada variada (Mixed salad)</p> <p>Fruta y pan (Fruit and bread)</p>	<p>Pasta s/gluten boloñesa (Pasta bolognese)</p> <p>Palometa al horno (Baked pomfret)</p> <p>Ensalada variada (Mixed salad)</p> <p>Fruta y pan (Fruit and bread)</p>			

PAN Y LÁCTEOS SIN GLUTEN

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA. No plátano ni pera

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

Menú sin proteína de leche de vaca y gluten - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5	DIA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLOGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo plancha (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao encebollado (Cod with onion) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/gluten con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (fideos s/gluten) (Noodles soup) Cocido sin chorizo (Chickpeas with meat and vegetables) Fruta y pan (Fruit and bread)
	DIA 9	DIA 10	DIA 11	DIA 12	DIA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza al ajillo (Garlic hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (fideos s/gluten) (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/gluten napolitana (Pasta with tomato sauce) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Filete de ternera (Veal steak) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
	DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19	DIA 20
	Pasta s/gluten napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con verduras (Stewed lentils with vegetables) Merluza al horno (Baked hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Ternera asada (Roasted veal) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (fideos s/gluten) (Noodles soup) Cocido sin chorizo (Chickpeas with meat and vegetables) Fruta y pan (Fruit and bread)
	DIA 23	DIA 24	DIA 25	DIA 26	DIA 27
	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Bacalao encebollado (Cod with onion) Patatas asadas (Roasted potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Pasta s/gluten rehogada con salmón (Sautéed pasta with salmon) Tortilla francesa (Omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Fruta y pan (Fruit and bread)
	DIA 30	DIA 31			
	Lentejas ECOLOGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Tortilla de patata (Omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/gluten boloñesa (Pasta bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

PAN SIN GLUTEN

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

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



Menú sin gallo ni pescado plano - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Escalope de pollo (Breaded chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Risotto de bacon (Bacon risotto) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan integral (Natural fruit smoothie and whole wheat bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Vaso de leche con bizcocho casero y pan integral (Glass of milk with homemade cake and whole wheat bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Nugguets de salmon (Salmon nugguets) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con salmón (Pasta with salmon) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Huevos villarroy (Floured eggs) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lasaña boloñesa (Lasagna bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

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 patata cruda, melocotón ni kiwi - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Escalope de pollo (Breaded chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Risotto de bacon (Bacon risotto) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan integral (Natural fruit smoothie and whole wheat bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Vaso de leche con bizcocho casero y pan integral (Glass of milk with homemade cake and whole wheat bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Nugguets de salmon (Salmon nugguets) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con salmón (Pasta with salmon) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Huevos villarroy (Floured eggs) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lasaña boloñesa (Lasagna bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			



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

Menú sin proteína de leche de vaca - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5	DIA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Escalope de pollo (Breaded chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur de soja y pan integral (Soy yogurt and whole wheat bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodles soup) Cocido sin chorizo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)
	DIA 9	DIA 10	DIA 11	DIA 12	DIA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES napolitana (Whole wheat pasta with tomato sauce) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur de soja y pan integral (Soy yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)
	DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19	DIA 20
	Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con verduras (Stewed lentils with vegetables) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur de soja y pan integral (Soy yogurt and whole wheat bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Ternera asada (Roasted veal) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodles soup) Cocido sin chorizo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)
	DIA 23	DIA 24	DIA 25	DIA 26	DIA 27
	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Bacalao encebollado (Cod with onion) Patatas asadas (Roasted potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Nugguets de salmon (Salmon nugguets) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur de soja y pan integral (Soy yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos rehogados con salmón (Sautéed pasta with salmon) Tortilla francesa (Omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)
	DIA 30	DIA 31			
	Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Tortilla de patata (Omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta boloñesa (Pasta bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

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



Menú sin lactosa - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5	DIA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLOGICA (Organic zucchini cream) Escalope de pollo (Breaded chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur de soja y pan integral (Soy yogurt and whole wheat bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodles soup) Cocido sin chorizo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)
	DIA 9	DIA 10	DIA 11	DIA 12	DIA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES napolitana (Whole wheat pasta with tomato sauce) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur de soja y pan integral (Soy yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)
	DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19	DIA 20
	Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con verduras (Stewed lentils with vegetables) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur de soja y pan integral (Soy yogurt and whole wheat bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Ternera asada (Roasted veal) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodles soup) Cocido sin chorizo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)
	DIA 23	DIA 24	DIA 25	DIA 26	DIA 27
	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Bacalao encebollado (Cod with onion) Patatas asadas (Roasted potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Nugguets de salmon (Salmon nugguets) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur de soja y pan integral (Soy yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos rehogados con salmón (Sautéed pasta with salmon) Tortilla francesa (Omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)
	DIA 30	DIA 31			
	Lentejas ECOLOGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Tortilla de patata (Omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta boloñesa (Pasta bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

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 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5	DIA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLOGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo plancha (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Risotto de bacon (Bacon risotto) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan integral (Natural fruit smoothie and whole wheat bread)	Pasta s/huevo con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (fideos s/huevo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza al ajillo (Garlic hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (fideos s/huevo) (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/huevo al gratén (Pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Pasta s/huevo napolitana (Pasta with tomato sauce) Filete de sajonia (Loin) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (fideos s/huevo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Pasta s/huevo con salmón (Pasta with salmon) Cinta de lomo (Loin) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLOGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Salchichas de pavo (Turkey sausages) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/huevo boloñesa (Pasta bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

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 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5	DIA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLOGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo plancha (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Risotto de bacon (Bacon risotto) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan integral (Natural fruit smoothie and whole wheat bread)	Pasta s/huevo con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (fideos s/huevo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza al ajillo (Garlic hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (fideos s/huevo) (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/huevo al gratén (Pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Pasta s/huevo napolitana (Pasta with tomato sauce) Filete de sajonia (Loin) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (fideos s/huevo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Pasta s/huevo con salmón (Pasta with salmon) Cinta de lomo (Loin) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLOGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Salchichas de pavo (Turkey sausages) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/huevo boloñesa (Pasta bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

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 ni cacahuete - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5	DIA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLOGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo plancha (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Risotto de bacon (Bacon risotto) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan integral (Natural fruit smoothie and whole wheat bread)	Pasta s/huevo con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (fideos s/huevo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza al ajillo (Garlic hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (fideos s/huevo) (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/huevo al gratén (Pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Pasta s/huevo napolitana (Pasta with tomato sauce) Filete de sajonia (Loin) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (fideos s/huevo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Pasta s/huevo con salmón (Pasta with salmon) Cinta de lomo (Loin) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLOGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Salchichas de pavo (Turkey sausages) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/huevo boloñesa (Pasta bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

LÁCTEOS SIN HUEVO NI CACAHUETE

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, queso ni frutos secos - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5	DIA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLOGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo plancha (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan integral (Natural fruit smoothie and whole wheat bread)	Pasta s/huevo con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (fideos s/huevo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza al ajillo (Garlic hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (fideos s/huevo) (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/huevo napolitana (Pasta with tomato sauce) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Pasta s/huevo napolitana (Pasta with tomato sauce) Filete de sajonia (Loin) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (fideos s/huevo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Pasta s/huevo con salmón (Pasta with salmon) Cinta de lomo (Loin) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLOGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Salchichas de pavo (Turkey sausages) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/huevo boloñesa (Pasta bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

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 ni leche - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLOGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo plancha (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur de soja y pan integral (Soy yogurt and whole wheat bread)	Pasta s/huevo con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (fideos s/huevo) (Noodles soup) Cocido sin chorizo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)
	DÍA 9 Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza al ajillo (Garlic hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 10 Sopa de pescado (fideos s/huevo) (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 11 Pasta s/huevo napolitana (Pasta with tomato sauce) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur de soja y pan integral (Soy yogurt and whole wheat bread)	DÍA 12 Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 13 Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)
	DÍA 16 Pasta s/huevo napolitana (Pasta with tomato sauce) Filete de sajonia (Loin) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 17 Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 18 Lentejas con verduras (Stewed lentils with vegetables) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur de soja y pan integral (Soy yogurt and whole wheat bread)	DÍA 19 Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Ternera asada (Roasted veal) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 20 Sopa de fideos (fideos s/huevo) (Noodles soup) Cocido sin chorizo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)
	DÍA 23 Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Bacalao encebollado (Cod with onion) Patatas asadas (Roasted potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 24 Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 25 Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur de soja y pan integral (Soy yogurt and whole wheat bread)	DÍA 26 Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 27 SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Pasta s/huevo rehogada con salmón (Sautéed pasta with salmon) Cinta de lomo (Loin) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Yogur de soja y pan (Soy yogurt and bread)
	DÍA 30 Lentejas ECOLOGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Salchichas de pavo (Turkey sausages) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 31 Pasta s/huevo boloñesa (Pasta bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

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 marisco - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Escalope de pollo (Breaded chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Risotto de bacon (Bacon risotto) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan integral (Natural fruit smoothie and whole wheat bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9 Lentejas estofadas (Stewed lentils) Fogonero a la romana (Floured fish) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 10 Sopa de fideos (Noodle soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 11 Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	DÍA 12 Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 13 Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16 Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 17 Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 18 Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Bacalao a la andaluza (Floured cod) Ensalada variada (Mixed salad) Vaso de leche con bizcocho casero y pan integral (Glass of milk with homemade cake and whole wheat bread)	DÍA 19 Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 20 Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23 Arroz tres delicias (Three delights rice) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 24 Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 25 Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Nugguets de salmon (Salmon nugguets) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	DÍA 26 Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 27 SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con tomate (Pasta with tomato sauce) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30 Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Tortilla de patata (Omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 31 Lasaña boloñesa (Lasagna bolognese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

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, moluscos, crustáceos ni frutos secos - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5	DIA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLOGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo plancha (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Risotto de bacon (Bacon risotto) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan integral (Natural fruit smoothie and whole wheat bread)	Pasta s/huevo con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (fideos s/huevo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Fogonero al ajillo (Garlic fish) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (fideos s/huevo) (Noodle soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/huevo al gratén (Pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Pasta s/huevo napolitana (Pasta with tomato sauce) Filete de sajonia (Loin) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Bacalao a la andaluza (Floured cod) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (fideos s/huevo) (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Pasta s/huevo con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo (Loin) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLOGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Salchichas de pavo (Turkey sausages) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/huevo boloñesa (Pasta bolognese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

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 garbanzos, judías blancas ni rojas - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Escalope de pollo (Breaded chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Risotto de bacon (Bacon risotto) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan integral (Natural fruit smoothie and whole wheat bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodles soup) Carne magra con verduras y patatas (Meat with vegetables and potatoes) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9 Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 10 Sopa de pescado (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 11 Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	DÍA 12 Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 13 Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16 Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 17 Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 18 Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Vaso de leche con bizcocho casero y pan integral (Glass of milk with homemade cake and whole wheat bread)	DÍA 19 Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 20 Sopa de fideos (Noodles soup) Carne magra con verduras y patatas (Meat with vegetables and potatoes) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23 Arroz tres delicias (Three delights rice) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 24 Crema de verduras (Vegetable cream) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 25 Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Nugguets de salmon (Salmon nugguets) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	DÍA 26 Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 27 SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con salmón (Pasta with salmon) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30 Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Huevos villarroy (Floured eggs) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 31 Lasaña boloñesa (Lasagna bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

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 legumbres - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLOGICA (Organic zucchini cream) Escalope de pollo (Breaded chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan (Natural fruit smoothie and bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodles soup) Carne magra con verduras y patatas (Meat with vegetables and potatoes) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Patatas estofadas (Stewed potatoes) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan (Yogurt and bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Filete de ternera (Veal steak) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Brócoli rehogado (Sautéed broccoli) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodles soup) Carne magra con verduras y patatas (Meat with vegetables and potatoes) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de verduras sin judías verdes (Vegetable cream) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Nugguets de salmon (Salmon nugguets) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan (Yogurt and bread)	Coliflor rehogada (Sautéed cauliflower) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con salmón (Pasta with salmon) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Crema de calabacín ECOLOGICA (Organic zucchini cream) Tortilla de patata (Omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lasaña boloñesa (Lasagna bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

PAN SIN SOJA

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

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



Menú sin legumbres ni frutos secos - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLOGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao con tomate (Cod with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan (Natural fruit smoothie and bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodles soup) Carne magra con verduras y patatas (Meat with vegetables and potatoes) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Patatas estofadas (Stewed potatoes) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pescado (Fish soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Caballa en aceite (Mackerel in oil) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan (Yogurt and bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Filete de ternera (Veal steak) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Brócoli rehogado (Sautéed broccoli) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodles soup) Carne magra con verduras y patatas (Meat with vegetables and potatoes) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Bacalao encebollado (Cod with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de verduras sin judías verdes (Vegetable cream) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan (Yogurt and bread)	Coliflor rehogada (Sautéed cauliflower) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con salmón (Pasta with salmon) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Crema de calabacín ECOLOGICA (Organic zucchini cream) Tortilla de patata (Omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lasaña boloñesa (Lasagna bolognese) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

PAN SIN SOJA NI SÉSAMO. LÁCTEOS SIN 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 sal - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Escalope de pollo (Breaded chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Merluza con tomate (Hake with tomato sauce) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan integral (Natural fruit smoothie and whole wheat bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodles soup) Carne magra con verduras y patatas (Meat with vegetables and potatoes) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza a la romana (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodle soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES napolitana (Whole wheat pasta with tomato sauce) Merluza al horno (Baked hake) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Filete de ternera (Veal steak) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
	Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con verduras (Stewed lentils with vegetables) Merluza a la andaluza (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Vaso de leche con bizcocho casero y pan integral (Glass of milk with homemade cake and whole wheat bread)	Guisantes rehogados (Sautéed green peas) Ternera asada (Roasted veal) Patatas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodles soup) Carne magra con verduras y patatas (Meat with vegetables and potatoes) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Merluza encebollada (Hake with onion) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Nugguets de salmon (Salmon nugguets) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos rehogadas con salmón (Sautéed pasta with salmon) Tortilla francesa Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30	DÍA 31			
	Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Tortilla de patata (Omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta con tomate (Pasta with tomato sauce) Palometa al horno (Baked pomfret) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

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 hipercolesterolemia - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan integral (Natural fruit smoothie and whole wheat bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas asadas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodles soup) Carne magra con verduras y patatas (Meat with vegetables and potatoes) Yogur y pan (Yogurt and bread)
DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza al ajillo (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodle soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas al horno (Baked potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES napolitana (Whole wheat pasta with tomato sauce) Merluza al horno (Baked hake) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Filete de ternera (Veal steak) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan (Yogurt and bread)
DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla francesa de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con verduras (Stewed lentils with vegetables) Merluza al horno (Baked hake) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Guisantes rehogados (Sautéed green peas) Ternera asada (Roasted veal) Patatas asadas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodles soup) Carne magra con verduras y patatas (Meat with vegetables and potatoes) Yogur y pan (Yogurt and bread)
DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Bacalao encebollado (Cod with onion) Patatas asadas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con tomate (Pasta with tomato sauce) Tortilla francesa (Omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Yogur y pan (Yogurt and bread)
DÍA 30	DÍA 31			
Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Tortilla francesa (Omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta con tomate (Pasta with tomato sauce) Filete de pollo al horno (Chicken breast) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

LÁCTEOS DESNATADOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

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



Menú hipocalórico - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
FIESTA	Crema de calabacín ECOLOGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo (Chicken breast) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan integral (Fruit and whole wheat bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Zanahoria al ajillo (Garlic carrot) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodles soup) Carne magra con verduras (Meat with vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
Lentejas estofadas (Stewed lentils) Merluza al ajillo (Floured hake) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodle soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Calabacín rehogado (Zucchini) Fruta y pan (Fruit and bread)	Macarrones INTEGRALES napolitana (Whole wheat pasta with tomato sauce) Merluza al horno (Baked hake) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Filete de ternera (Veal steak) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan (Yogurt and bread)
DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla francesa de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas con verduras (Stewed lentils with vegetables) Merluza al horno (Baked hake) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Guisantes rehogados (Sautéed green peas) Ternera asada (Roasted veal) Zanahoria al ajillo (Garlic carrot) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (Noodles soup) Carne magra con verduras (Meat with vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Bacalao encebollado (Cod with onion) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con tomate (Pasta with tomato sauce) Tortilla francesa (Omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Yogur y pan (Yogurt and bread)
DÍA 30	DÍA 31			
Lentejas ECOLOGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Tortilla francesa (Omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta con tomate (Pasta with tomato sauce) Filete de pollo al horno (Chicken breast) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

LÁCTEOS DESNATADOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

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



Menú sin pescado, marisco, kiwi ni melocotón - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
	FIESTA	Crema de calabacín ECOLÓGICA (Organic zucchini cream) Escalope de pollo (Breaded chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Risotto de bacon (Bacon risotto) Tortilla francesa (Omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Batido natural de frutas y pan integral (Natural fruit smoothie and whole wheat bread)	Tallarines con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 9 Lentejas estofadas (Stewed lentils) Filete de ternera (Veal steak) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 10 Sopa de fideos (Noodle soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 11 Macarrones INTEGRALES al gratén (Whole wheat pasta with cheese) Tortilla de jamon york (Omelette with ham) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	DÍA 12 Crema de calabaza (Pumpkin cream) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 13 Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Natillas y pan (Custard and bread)
	DÍA 16 Espaguetis napolitana (Pasta with tomato sauce) Tortilla de calabacín (Zucchini omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 17 Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 18 Lentejas con chorizo (Stewed lentils with sausage) Tortilla de patata (Omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Vaso de leche con bizcocho casero y pan integral (Glass of milk with homemade cake and whole wheat bread)	DÍA 19 Guisantes rehogados con bacon (Sautéed green peas with bacon) Pastel de carne (Meat pie) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 20 Sopa de cocido (Noodles soup) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Yogur y pan (Yogurt and bread)
	DÍA 23 Arroz tres delicias (Three delights rice) Lomo de sajonia (Loin) Puré de patatas (Mashed potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 24 Alubias blancas estofadas (Stewed white beans) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 25 Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Tortilla francesa (Omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Yogur y pan integral (Yogurt and whole wheat bread)	DÍA 26 Judías verdes rehogadas (Sautéed green beans) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 27 SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Coditos con tomate (Pasta with tomato sauce) Tortilla de queso (Cheese omelette) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and bread)
	DÍA 30 Lentejas ECOLÓGICAS estofadas (Organic stewed lentils) Tortilla de patata (Omelette) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA 31 Lasaña boloñesa (Lasagna bolognese) Filete de pollo al horno (Chicken breast) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			



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

Menú sin lactosa, pescado - marisco, legumbres, frutos secos, huevo, melocotón ni zumos. Pelar toda la fruta - Marzo 2020

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
FIESTA	Crema de calabacín ECOLOGICA (Organic zucchini cream) Filete de pollo (Chicken breast) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Ternera asada (Roasted veal) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/huevo con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo al horno (Baked loin) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (fideos s/huevo) (Noodles soup) Carne magra con verduras y patatas (Meat with vegetables and potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13
Patatas estofadas (Stewed potatoes) Filete de ternera (Veal steak) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (fideos s/huevo) (Noodle soup) Magro de cerdo (Stewed lean pork) Patatas dado (Diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/huevo napolitana (Pasta with tomato sauce) Pavo al horno (Baked turkey) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de calabaza (Pumpkin cream) Filete de ternera (Veal steak) Champiñones salteados (Sautéed mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	Paella hortelana (Vegetable paella) Muslitos de pollo asados (Roasted chicken thighs) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20
Pasta s/huevo napolitana (Pasta with tomato sauce) Filete de sajonia (Loin) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Ragout de pavo (Turkey ragout) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Pollo al horno (Baked chicken) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Ternera asada (Roasted veal) Patatas gajo (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (fideos s/huevo) (Noodles soup) Carne magra con verduras y patatas (Meat with vegetables and potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27
Arroz con tomate (Rice with tomato sauce) Lomo de sajonia (Loin) Patatas asadas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de verduras sin judías verdes (Vegetable cream) Ragout de ternera (Veal ragout) Zanahorias salteadas (Sautéed carrots) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas guisadas con verduras (Stewed potatoes with vegetables) Pavo al horno (Baked turkey) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Pollo asado (Roasted chicken) Patatas panadera (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	SALUD A BOCADOS: LOS HUESOS Pasta s/huevo con tomate (Pasta with tomato sauce) Cinta de lomo (Loin) Espinacas rehogadas (Sautéed spinach) Fruta y pan (Fruit and bread)
DÍA 30	DÍA 31			
Crema de calabacín ECOLOGICA (Organic zucchini cream) Pavo al horno (Baked turkey) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Pasta s/huevo boloñesa (Pasta bolognese) Filete de pollo al horno (Chicken breast) Ensalada variada (Mixed salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			

PAN SIN SOJA NI SÉSAMO. LÁCTEOS SIN FRUTOS SECOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA pelada. No melocotón ni zumos

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

