

MES: Marzo 2021

COLEGIO: HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
1 "ALIANZA SAINT DAVID" Hamburguesa completa Pechuga de pollo a la plancha con patatas fritas Helado y pan (sin gluten) Hamburger Chicken breast with french fries Ice cream and bread (gluten free)	2 Coditos (sin gluten) napolitana Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Napolitan style elbow macaroni (gluten free) French omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	3 Crema de zanahoria Estofado de pavo con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) Carrot soup Turkey stew with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread (gluten free)	4 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Postre lácteo y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread (gluten free)	5 Arroz con salsa de tomate Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Grilled yellowfin sole with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	VE: 2961/708 GT: 26 GS: 7 HC: 89 AZ: 26 PROT: 36 SAL: 2
8 Patatas estofadas con magro Lomos de jurel a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan (sin gluten) Pork & potato stew Grilled horse mackerel loins with lettuce and carrot salad Fruit and bread (gluten free)	9 Alubias estofadas con verduras Revuelto de atún con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (sin gluten) Beans with vegetables Scrambled eggs with tuna with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread (gluten free)	10 Sopa minestrone (sin gluten) Salchichas frescas al horno con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) Minestrone soup (gluten free) Baked fresh sausage with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread (gluten free)	11 JG D.O. CASTILLA Y LEON Arroz con salsa de tomate Pollo al chilindrón con patatas fritas Postre especial y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Chicken in "chilindron" gravy with french fries Special desserts and bread (gluten free)	12 Coditos (sin gluten) napolitana Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Napolitan style elbow macaroni (gluten free) Hake fillet in carrot sauce with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)	VE: 2905/695 GT: 47 GS: 6 HC: 82 AZ: 22 PROT: 36 SAL: 2
15 Crema de puerros Albóndigas en salsa con patatas dado Fruta y pan (sin gluten) Cream of leek Meatballs in gravy with diced potatoes Fruit and bread (gluten free)	16 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)	17 ALIANZA SAINT PATRICK Perrito completo Croquetas (sin gluten) con ketchup y patatas Helado y pan (sin gluten) Hot dog with the works Croquettes (gluten free) with ketchup & chips Ice cream and bread (gluten free)	18 Arroz con pollo Filete de merluza al limón con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan (sin gluten) Rice with chicken Hake steak with lemon with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread (gluten free)	19 FESTIVO	VE: 3489/835 GT: 43 GS: 11 HC: 86 AZ: 24 PROT: 32 SAL: 3
22 Arroz con salsa de tomate Magro con tomate con patatas dado Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Pork steak with tomatoes with diced potatoes Fruit and bread (gluten free)	23 Sopa de verduras con arroz y quinoa Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan (sin gluten) Vegetable soup with rice and quinoa Baked chicken with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread (gluten free)	24 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan (sin gluten) Stewed pinto beans Ham omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (gluten free)	25 Pasta (sin gluten ni huevo) napolitana Filete de merluza al horno con verduras Postre lácteo y pan (sin gluten) Napolitan pasta (gluten & egg free) Baked hake with vegetables Dairy dessert and bread (gluten free)	26 FESTIVO	VE: 2512/601 GT: 18 GS: 4 HC: 80 AZ: 20 PROT: 33 SAL: 2
29 FESTIVO	30 FESTIVO	31 FESTIVO			VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

MES: Marzo 2021

COLEGIO: HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
1 "ALIANZA SAINT DAVID" Hamburguesa completa Pechuga de pollo a la plancha con patatas fritas Helado apto y pan Hamburger Chicken breast with french fries Ice-cream (suitable) and bread	2 Coditos gratinados Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Grilled elbow macaroni French omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	3 Crema de zanahoria Estofado de pavo con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Carrot soup Turkey stew with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread	4 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread	5 Arroz con salsa de tomate Filete de lenguadina a la romana con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Battered & fried yellowfin sole with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 3370/806 GT: 26 GS: 5 HC: 108 AZ: 28 PROT: 39 SAL: 2
8 Patatas estofadas con magro Lomos de jurel a la andaluza con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan Pork & potato stew Andalusian style horse mackerel loins with lettuce and carrot salad Fruit and bread	9 Alubias estofadas con verduras Revuelto de atún con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Beans with vegetables Scrambled eggs with tuna with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread	10 Sopa minestrone Salchichas frescas al horno con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Minestrone soup Baked fresh sausage with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread	11 JG D.O. CASTILLA Y LEON Lentejas estofadas con verduras "Tierra de Sabor" Pollo al chilindrón con patatas fritas Postre especial y pan Lentils stewed with vegetables "Tierra de Sabor" Chicken in "chilindron" gravy with french fries Special desserts and bread	12 Coditos a la napolitana Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Hake fillet in carrot sauce with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3244/776 GT: 47 GS: 5 HC: 202 AZ: 26 PROT: 43 SAL: 3
15 Crema de puerros Albóndigas en salsa con patatas dado Fruta y pan Cream of leek Meatballs in gravy with diced potatoes Fruit and bread	16 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	17 ALIANZA SAINT PATRICK Perrito completo Lomo a la plancha con ketchup y patatas Helado y pan Hot dog with the works Grilled tenderloin with ketchup & chips Ice cream and bread	18 Arroz con pollo Filete de merluza al limón con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan Rice with chicken Hake steak with lemon with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread	19 FESTIVO	VE: 3676/879 GT: 39 GS: 11 HC: 98 AZ: 24 PROT: 39 SAL: 3
22 Lentejas a la riojana Magro con tomate con patatas dado Fruta y pan Rioja style lentils Pork steak with tomatoes with diced potatoes Fruit and bread	23 Sopa de verduras con arroz y quinoa Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan Vegetable soup with rice and quinoa Baked chicken with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread	24 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Stewed pinto beans Ham omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	25 Espirales a la napolitana Filete de merluza al horno con verduras Postre lácteo y pan Napolitan spirals Baked hake with vegetables Dairy dessert and bread	26 FESTIVO	VE: 2885/690 GT: 18 GS: 4 HC: 94 AZ: 22 PROT: 40 SAL: 3
29 FESTIVO	30 FESTIVO	31 FESTIVO			VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

MES: Marzo 2021

COLEGIO: HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
1 "ALIANZA SAINT DAVID" Hamburguesa completa Pechuga de pollo a la plancha con patatas fritas Helado apto y pan Hamburger Chicken breast with french fries Ice-cream (suitable) and bread	2 Pasta (sin huevo ni queso) gratinada Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Pasta au gratin (egg & cheese free) Grilled tenderloin with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	3 Crema de zanahoria Estofado de pavo con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Carrot soup Turkey stew with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread	4 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Postre lácteo y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread	5 Arroz con salsa de tomate Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled yellowfin sole with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 3067/734 GT: 22 GS: 5 HC: 99 AZ: 27 PROT: 38 SAL: 2
8 Patatas estofadas con magro Lomos de jurel a la andaluza con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan Pork & potato stew Andalusian style horse mackerel loins with lettuce and carrot salad Fruit and bread	9 Alubias estofadas con verduras Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Beans with vegetables Grilled tenderloin with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread	10 Sopa minestrone (sin huevo) Salchichas frescas al horno con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan integral Minestrone soup (without egg) Baked fresh sausage with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and wholemeal bread	11 JG D.O. CASTILLA Y LEON Lentejas estofadas con verduras "Tierra de Sabor" Pollo al chilindrón con patatas fritas Postre especial y pan Lentils stewed with vegetables "Tierra de Sabor" Chicken in "chilindron" gravy with french fries Special desserts and bread	12 Pasta (sin huevo ni queso) napolitana Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Napolitan pasta (egg & cheese free) Hake fillet in carrot sauce with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3169/758 GT: 27 GS: 6 HC: 198 AZ: 27 PROT: 39 SAL: 3
15 Crema de puerros Albóndigas en salsa con patatas dado Fruta y pan Cream of leek Meatballs in gravy with diced potatoes Fruit and bread	16 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	17 ALIANZA SAINT PATRICK Perrito completo Lomo a la plancha con ketchup y patatas Helado y pan Hot dog with the works Grilled tenderloin with ketchup & chips Ice cream and bread	18 Arroz con pollo Filete de merluza al limón con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan Rice with chicken Hake steak with lemon with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread	19 FESTIVO	VE: 3709/887 GT: 39 GS: 11 HC: 99 AZ: 24 PROT: 39 SAL: 3
22 Lentejas a la riojana Magro con tomate con patatas dado Fruta y pan Rioja style lentils Pork steak with tomatoes with diced potatoes Fruit and bread	23 Sopa de verduras con arroz y quinoa Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan Vegetable soup with rice and quinoa Baked chicken with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread	24 Alubias pintas estofadas Pavo a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan integral Stewed pinto beans Grilled turkey with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and wholemeal bread	25 Pasta (sin huevo ni queso) napolitana Filete de merluza al horno con verduritas Postre lácteo y pan Napolitan pasta (egg & cheese free) Baked hake with vegetables Dairy dessert and bread	26 FESTIVO	VE: 2769/662 GT: 19 GS: 4 HC: 89 AZ: 25 PROT: 39 SAL: 2
29 FESTIVO	30 FESTIVO	31 FESTIVO			VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

MES: Marzo 2021

COLEGIO: HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
1 "ALIANZA SAINT DAVID" Hamburguesa completa Pechuga de pollo a la plancha con patatas fritas Helado apto y pan Hamburger Chicken breast with french fries Ice-cream (suitable) and bread	2 Coditos con salsa de tomate Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce French omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	3 Crema de zanahoria Estofado de pavo con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Carrot soup Turkey stew with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread	4 Sopa de cocido Cocido completo Yogur de soja y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Soy yoghurt and bread	5 Arroz con salsa de tomate Filete de lenguadina a la romana con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Battered & fried yellowfin sole with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 3281/785 GT: 26 GS: 5 HC: 103 AZ: 24 PROT: 38 SAL: 2
8 Patatas estofadas con magro Lomos de jurel a la andaluza con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan Pork & potato stew Andalusian style horse mackerel loins with lettuce and carrot salad Fruit and bread	9 Alubias estofadas con verduras Revuelto de atún con ensalada de lechuga y maíz Yogur de soja y pan Beans with vegetables Scrambled eggs with tuna with lettuce and sweetcorn salad Soy yoghurt and bread	10 Sopa minestrone Salchichas frescas al horno con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan integral Minestrone soup Baked fresh sausage with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and wholemeal bread	11 JG D.O. CASTILLA Y LEON Lentejas estofadas con verduras "Tierra de Sabor" Pollo al chilindrón con patatas fritas Postre especial y pan Lentils stewed with vegetables "Tierra de Sabor" Chicken in "chilindron" gravy with french fries Special desserts and bread	12 Coditos a la napolitana Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Hake fillet in carrot sauce with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3206/767 GT: 46 GS: 5 HC: 201 AZ: 24 PROT: 43 SAL: 3
15 Crema de puerros Albóndigas en salsa con patatas dado Fruta y pan Cream of leek Meatballs in gravy with diced potatoes Fruit and bread	16 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	17 ALIANZA SAINT PATRICK Perrito completo Lomo a la plancha con ketchup y patatas Helado apto y pan Hot dog with the works Grilled tenderloin with ketchup & chips Ice-cream (suitable) and bread	18 Arroz con pollo Filete de merluza al limón con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur de soja y pan Rice with chicken Hake steak with lemon with lettuce, tomato and carrot salad Soy yoghurt and bread	19 FESTIVO	VE: 3559/851 GT: 35 GS: 8 HC: 98 AZ: 24 PROT: 38 SAL: 3
22 Lentejas a la riojana Magro con tomate con patatas dado Fruta y pan Rioja style lentils Pork steak with tomatoes with diced potatoes Fruit and bread	23 Sopa de verduras con arroz y quinoa Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur de soja y pan Vegetable soup with rice and quinoa Baked chicken with lettuce, tomato and carrot salad Soy yoghurt and bread	24 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan integral Stewed pinto beans Ham omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and wholemeal bread	25 Espirales a la napolitana Filete de merluza al horno con verduras Fruta y pan Napolitan spirals Baked hake with vegetables Fruit and bread	26 FESTIVO	VE: 2792/668 GT: 17 GS: 3 HC: 94 AZ: 21 PROT: 40 SAL: 3
29 FESTIVO	30 FESTIVO	31 FESTIVO			VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

MES: Marzo 2021

COLEGIO: HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
1 "ALIANZA SAINT DAVID" Hamburguesa completa Nuggets de pollo con patatas fritas Helado y pan Hamburger Chicken nuggets with french fries Ice cream and bread	2 Coditos gratinados Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Grilled elbow macaroni French omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	3 Crema de zanahoria Estofado de pavo con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Carrot soup Turkey stew with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread	4 Sopa de fideos Lomo a la plancha con ensalada Postre lácteo y pan Noodle soup Grilled tenderloin with salad Dairy dessert and bread	5 Arroz con salsa de tomate Filete de lenguadina a la romana con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Battered & fried yellowfin sole with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 3630/868 GT: 36 GS: 7 HC: 105 AZ: 27 PROT: 35 SAL: 3
8 Patatas estofadas con magro Lomos de jurel a la andaluza con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan Pork & potato stew Andalusian style horse mackerel loins with lettuce and carrot salad Fruit and bread	9 Crema de verduras Revuelto de atún con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Vegetables cream Scrambled eggs with tuna with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread	10 Sopa de fideos Salchichas frescas al horno con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan integral Noodle soup Baked fresh sausage with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and wholemeal bread	11 JG D.O. CASTILLA Y LEON Arroz con salsa de tomate Pollo al chilindrón con patatas fritas Postre especial y pan Rice with tomato sauce Chicken in "chilindron" gravy with french fries Special desserts and bread	12 Coditos a la napolitana Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Hake fillet in carrot sauce with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3011/720 GT: 46 GS: 5 HC: 92 AZ: 23 PROT: 38 SAL: 3
15 Crema de puerros Albóndigas en salsa con patatas dado Fruta y pan Cream of leek Meatballs in gravy with diced potatoes Fruit and bread	16 Sopa de fideos Pavo a la plancha con ensalada Fruta y pan Noodle soup Grilled turkey with salad Fruit and bread	17 ALIANZA SAINT PATRICK Perrito completo Lomo a la plancha con ketchup y patatas Helado y pan Hot dog with the works Grilled tenderloin with ketchup & chips Ice cream and bread	18 Arroz con pollo Filete de merluza al limón con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan Rice with chicken Hake steak with lemon with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread	19 FESTIVO	VE: 3359/804 GT: 35 GS: 9 HC: 92 AZ: 24 PROT: 35 SAL: 3
22 Arroz con salsa de tomate Magro con tomate con patatas dado Fruta y pan Rice with tomato sauce Pork steak with tomatoes with diced potatoes Fruit and bread	23 Sopa de verduras con arroz y quinoa Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan Vegetable soup with rice and quinoa Baked chicken with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread	24 Crema de verduras Tortilla francesa de jamón york con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan integral Vegetables cream Ham omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and wholemeal bread	25 Espirales a la napolitana Filete de merluza al horno con verduras Postre lácteo y pan Napolitan spirals Baked hake with vegetables Dairy dessert and bread	26 FESTIVO	VE: 2782/666 GT: 18 GS: 3 HC: 95 AZ: 21 PROT: 35 SAL: 3
29 FESTIVO	30 FESTIVO	31 FESTIVO			VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

MES: Marzo 2021

COLEGIO: HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
1 "ALIANZA SAINT DAVID" Hamburguesa completa Nuggets de pollo con patatas fritas Helado y pan Hamburger Chicken nuggets with french fries Ice cream and bread	2 Coditos gratinados Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Grilled elbow macaroni French omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	3 Crema de zanahoria Estofado de pavo con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Carrot soup Turkey stew with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread	4 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Dairy dessert and bread	5 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	VE: 3614/865 GT: 34 GS: 8 HC: 108 AZ: 27 PROT: 36 SAL: 2
8 Patatas estofadas con magro Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan Pork & potato stew Grilled turkey with lettuce and carrot salad Fruit and bread	9 Alubias estofadas con verduras Huevos revueltos con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Beans with vegetables Scrambled eggs with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread	10 Sopa minestrone Salchichas frescas al horno con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan integral Minestrone soup Baked fresh sausage with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and wholemeal bread	11 JG D.O. CASTILLA Y LEON Lentejas estofadas con verduras "Tierra de Sabor" Pollo al chilindrón con patatas fritas Postre especial y pan Lentils stewed with vegetables "Tierra de Sabor" Chicken in "chilindron" gravy with french fries Special desserts and bread	12 Coditos a la napolitana Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Grilled tenderloin with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 3057/731 GT: 24 GS: 5 HC: 201 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 3
15 Crema de puerros Albóndigas en salsa con patatas dado Fruta y pan Cream of leek Meatballs in gravy with diced potatoes Fruit and bread	16 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	17 ALIANZA SAINT PATRICK Perrito completo Lomo a la plancha con ketchup y patatas Helado y pan Hot dog with the works Grilled tenderloin with ketchup & chips Ice cream and bread	18 Arroz con pollo Pavo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan Rice with chicken Grilled turkey with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread	19 FESTIVO	VE: 3480/832 GT: 34 GS: 10 HC: 98 AZ: 25 PROT: 38 SAL: 3
22 Lentejas a la riojana Magro con tomate con patatas dado Fruta y pan Rioja style lentils Pork steak with tomatoes with diced potatoes Fruit and bread	23 Sopa de verduras con arroz y quinoa Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan Vegetable soup with rice and quinoa Baked chicken with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread	24 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan integral Stewed pinto beans Ham omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and wholemeal bread	25 Espirales a la napolitana Pavo a la plancha con verduritas Postre lácteo y pan Napolitan spirals Grilled turkey with vegetables Dairy dessert and bread	26 FESTIVO	VE: 2827/676 GT: 18 GS: 4 HC: 94 AZ: 23 PROT: 40 SAL: 2
29 FESTIVO	30 FESTIVO	31 FESTIVO			VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0