

MES: Abril 2021

COLEGIO: HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es			1	2	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5	6 Pasta (sin gluten) con tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Grilled tenderloin with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	7 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)	8 Paella de pollo Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (sin gluten) Chicken paella Grilled yellowfin sole with lettuce & tomatoes Yoghurt and bread (gluten free)	9 Crema de calabacín Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y queso Fruta y pan (sin gluten) Zucchini cream Spanish omelette with lettuce & cheese Fruit and bread (gluten free)	VE: 2877/688 GT: 24 GS: 6 HC: 84 AZ: 23 PROT: 36 SAL: 3
12 Sopa de picadillo (sin gluten) Albóndigas a la jardinera con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Broth with ham & egg bits (gluten free) Meatballs with vegetables with french fries Fruit and bread (gluten free)	13 Alubias pintas estofadas Tortilla paisana con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (sin gluten) Stewed pinto beans Mixed meat omelette with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread (gluten free)	14 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Baked hake with lettuce & carrot Fruit and bread (gluten free)	15 Garbanzos salteados Jamoncitos de pollo al limón con salteado de verduras Postre lácteo y pan (sin gluten) Sautéed chickpeas Lemon chicken drumsticks with sautéed vegetables Dairy dessert and bread (gluten free)	16 Coditos (sin gluten) napolitana Filete de perca a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) Napolitan style elbow macaroni (gluten free) Grilled perch with lettuce & olives Fruit and bread (gluten free)	VE: 2868/686 GT: 24 GS: 6 HC: 87 AZ: 23 PROT: 37 SAL: 3
19 Arroz a la milanesa Filete de merluza en salsa de zanahoria Fruta y pan (sin gluten) Milanese rice Hake fillet in carrot sauce Fruit and bread (gluten free)	20 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Filete de pollo al horno con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Postre lácteo y pan (sin gluten) Braised green beans, carrots & potatoes Baked chicken with green salad (lettuce, green peppers & olives) Dairy dessert and bread (gluten free)	21 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)	22 Crema de calabaza Lomo al ajillo con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan (sin gluten) Pumpkin soup Tenderloin with garlic with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread (gluten free)	23 Fideuá (sin gluten) Revuelto de queso con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten) Fideua (gluten free) Scrambled eggs with cheese with lettuce & carrot Fruit and bread (gluten free)	VE: 2366/566 GT: 20 GS: 5 HC: 72 AZ: 25 PROT: 28 SAL: 2
26 Macarrones (sin gluten) napolitana Abadejo a la plancha con guisantes salteados Fruta y pan (sin gluten) Napolitan macaroni (gluten free) Grilled haddock with sautéed peas Fruit and bread (gluten free)	27 Alubias estofadas con verduras Magro con tomate con zanahorias salteadas Yogur y pan (sin gluten) Beans with vegetables Pork steak with tomatoes with sautéed carrots Yoghurt and bread (gluten free)	28 Crema de verduras Pollo asado con salsa barbacoa con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Roasted chicken with barbecue sauce with lettuce and beets Fruit and bread (gluten free)	29 Garbanzos salteados Huevos rotos con patatas Yogur y pan (sin gluten) Sautéed chickpeas Scrambled eggs with french fries Yoghurt and bread (gluten free)	30 Arroz frito Filete de merluza a la donostiarra con ensalada de lechuga y quinoa Fruta y pan (sin gluten) Fried rice Grilled and baked hake with garlic & hot pepper gravy with lettuce salad with quinoa Fruit and bread (gluten free)	VE: 2787/667 GT: 23 GS: 5 HC: 82 AZ: 22 PROT: 39 SAL: 2

MES: Abril 2021

COLEGIO: HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es			1	2	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5	6 Tallarines con salsa de tomate con queso Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Tagliatelle with tomato sauce with cheese Grilled tenderloin with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	7 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	8 Paella de pollo Filete de lenguadina a la romana con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan Chicken paella Battered & fried yellowfin sole with lettuce & tomatoes Yoghurt and bread	9 Crema de calabacín Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y queso Fruta y pan Zucchini cream Spanish omelette with lettuce & cheese Fruit and bread	VE: 3258/780 GT: 26 GS: 5 HC: 102 AZ: 23 PROT: 37 SAL: 3
12 Sopa de picadillo Albóndigas a la jardinera con patatas fritas Fruta y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with vegetables with french fries Fruit and bread	13 Alubias pintas estofadas Tortilla paisana con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Stewed pinto beans Mixed meat omelette with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread	14 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked hake with lettuce & carrot Fruit and bread	15 Lentejas a la jardinera Jamoncitos de pollo al limón con salteado de verduras Postre lácteo y pan Vegetables lentils Lemon chicken drumsticks with sautéed vegetables Dairy dessert and bread	16 Coditos con atún (tomate y atún) Filete de perca a la romana con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Mac with tuna (tomato and tuna) Battered & fried perch with lettuce & olives Fruit and bread	VE: 3207/767 GT: 24 GS: 5 HC: 103 AZ: 23 PROT: 39 SAL: 3
19 Arroz a la milanesa Filete de merluza en salsa de zanahoria Fruta y pan Milanese rice Hake fillet in carrot sauce Fruit and bread	20 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Filete de pollo al horno con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Postre lácteo y pan Braised green beans, carrots & potatoes Baked chicken with green salad (lettuce, green peppers & olives) Dairy dessert and bread	21 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	22 Crema de calabaza Lomo al ajillo con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan Pumpkin soup Tenderloin with garlic with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread	23 Fideuá marinera Revuelto de queso con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Seafood fideua Scrambled eggs with cheese with lettuce & carrot Fruit and bread	VE: 2693/644 GT: 18 GS: 4 HC: 90 AZ: 27 PROT: 32 SAL: 2
26 Macarrones napolitana Abadejo a la andaluza con guisantes salteados Fruta y pan Napolitan macaroni Andalusian style haddock with sautéed peas Fruit and bread	27 Alubias estofadas con verduras Magro con tomate con zanahorias salteadas Yogur y pan Beans with vegetables Pork steak with tomatoes with sautéed carrots Yoghurt and bread	28 Crema de verduras Pollo asado con salsa barbacoa con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Vegetables cream Roasted chicken with barbecue sauce with lettuce and beets Fruit and bread	29 Lentejas estofadas con chorizo Huevos rotos con patatas Yogur y pan Lentils with chorizo sausage Scrambled eggs with french fries Yoghurt and bread	30 Arroz frito Filete de merluza a la donostiarra con ensalada de lechuga y quinoa Fruta y pan Fried rice Grilled and baked hake with garlic & hot pepper gravy with lettuce salad with quinoa Fruit and bread	VE: 3051/730 GT: 20 GS: 4 HC: 99 AZ: 22 PROT: 41 SAL: 2

MES: Abril 2021

COLEGIO: HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es			1	2	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5	6 Pasta (sin huevo) con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Grilled tenderloin with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	7 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	8 Paella de pollo Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan Chicken paella Grilled yellowfin sole with lettuce & tomatoes Yoghurt and bread	9 Crema de calabacín Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Zucchini cream Chicken breast with lettuce & carrot Fruit and bread	VE: 2914/697 GT: 20 GS: 4 HC: 93 AZ: 26 PROT: 39 SAL: 3
12 Sopa de pasta (sin huevo) Albóndigas a la jardinera con patatas fritas Fruta y pan Pasta soup (without egg) Meatballs with vegetables with french fries Fruit and bread	13 Alubias pintas estofadas Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Stewed pinto beans Grilled turkey with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread	14 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked hake with lettuce & carrot Fruit and bread	15 Lentejas a la jardinera Jamoncitos de pollo al limón con salteado de verduras Postre lácteo y pan Vegetables lentils Lemon chicken drumsticks with sautéed vegetables Dairy dessert and bread	16 Pasta (sin huevo) con boloñesa de atún Filete de perca a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Pasta (without egg) with tuna bolognese sauce Grilled perch with lettuce & olives Fruit and bread	VE: 2917/698 GT: 18 GS: 4 HC: 99 AZ: 23 PROT: 36 SAL: 2
19 Arroz a la milanesa Filete de merluza en salsa de zanahoria Fruta y pan Milanese rice Hake fillet in carrot sauce Fruit and bread	20 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Filete de pollo al horno con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Postre lácteo y pan Braised green beans, carrots & potatoes Baked chicken with green salad (lettuce, green peppers & olives) Dairy dessert and bread	21 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	22 Crema de calabaza Lomo al ajillo con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan Pumpkin soup Tenderloin with garlic with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread	23 Fideuá (sin huevo) Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Fideua (without egg) Grilled turkey with lettuce & carrot Fruit and bread	VE: 2719/651 GT: 18 GS: 4 HC: 90 AZ: 27 PROT: 33 SAL: 3
26 Macarrones (sin huevo) con salsa napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Abadejo a la andaluza con guisantes salteados Fruta y pan Macaroni (without egg) with napolitan sauce (tomato, zucchini and basil) Andalusian style haddock with sautéed peas Fruit and bread	27 Alubias estofadas con verduras Magro con tomate con zanahorias salteadas Yogur y pan Beans with vegetables Pork steak with tomatoes with sautéed carrots Yoghurt and bread	28 Crema de verduras Pollo asado con salsa barbacoa con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Vegetables cream Roasted chicken with barbecue sauce with lettuce and beets Fruit and bread	29 Lentejas estofadas con chorizo Pavo a la plancha con patatas fritas Yogur y pan Lentils with chorizo sausage Grilled turkey with french fries Yoghurt and bread	30 Arroz frito Filete de merluza a la donostiarra con ensalada de lechuga y quinoa Fruta y pan Fried rice Grilled and baked hake with garlic & hot pepper gravy with lettuce salad with quinoa Fruit and bread	VE: 3118/746 GT: 20 GS: 4 HC: 102 AZ: 22 PROT: 41 SAL: 2

MES: Abril 2021

COLEGIO: HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es			1	2	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5	6 Tallarines con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Tagliatelle with tomato sauce Grilled tenderloin with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	7 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	8 Paella de pollo Filete de lenguadina a la romana con ensalada de lechuga y tomate Yogur de soja y pan Chicken paella Battered & fried yellowfin sole with lettuce & tomatoes Soy yoghurt and bread	9 Crema de calabacín Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Zucchini cream Spanish omelette with lettuce & carrot Fruit and bread	VE: 3229/773 GT: 26 GS: 4 HC: 101 AZ: 22 PROT: 37 SAL: 3
12 Sopa de picadillo Albóndigas a la jardinera con patatas fritas Fruta y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with vegetables with french fries Fruit and bread	13 Alubias pintas estofadas Tortilla paisana con ensalada de lechuga y maíz Yogur de soja y pan Stewed pinto beans Mixed meat omelette with lettuce and sweetcorn salad Soy yoghurt and bread	14 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked hake with lettuce & carrot Fruit and bread	15 Lentejas a la jardinera Jamoncitos de pollo al limón con salteado de verduras Fruta y pan Vegetables lentils Lemon chicken drumsticks with sautéed vegetables Fruit and bread	16 Coditos con atún (tomate y atún) Filete de perca a la romana con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Mac with tuna (tomato and tuna) Battered & fried perch with lettuce & olives Fruit and bread	VE: 3159/756 GT: 22 GS: 4 HC: 103 AZ: 22 PROT: 38 SAL: 3
19 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza en salsa de zanahoria Fruta y pan Rice with tomato sauce Hake fillet in carrot sauce Fruit and bread	20 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Filete de pollo al horno con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Baked chicken with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	21 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cócido" stew Fruit and bread	22 Crema de calabaza Lomo al ajillo con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur de soja y pan Pumpkin soup Tenderloin with garlic with lettuce, tomato and carrot salad Soy yoghurt and bread	23 Fideuá marinera Huevos revueltos con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Seafood fideua Scrambled eggs with lettuce & carrot Fruit and bread	VE: 2641/632 GT: 16 GS: 3 HC: 91 AZ: 26 PROT: 32 SAL: 2
26 Macarrones napolitana Abadejo a la andaluza con guisantes salteados Fruta y pan Napolitan macaroni Andalusian style haddock with sautéed peas Fruit and bread	27 Alubias estofadas con verduras Magro con tomate con zanahorias salteadas Yogur de soja y pan Beans with vegetables Pork steak with tomatoes with sautéed carrots Soy yoghurt and bread	28 Crema de verduras Pollo asado con salsa barbacoa con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Vegetables cream Roasted chicken with barbecue sauce with lettuce and beets Fruit and bread	29 Lentejas estofadas con chorizo Huevos rotos con patatas Fruta y pan Lentils with chorizo sausage Scrambled eggs with french fries Fruit and bread	30 Arroz frito Filete de merluza a la donostiarra con ensalada de lechuga y quinoa Fruta y pan Fried rice Grilled and baked hake with garlic & hot pepper gravy with lettuce salad with quinoa Fruit and bread	VE: 3063/733 GT: 19 GS: 3 HC: 102 AZ: 24 PROT: 41 SAL: 2

MES: Abril 2021

COLEGIO: HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es			1	2	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5	6 Tallarines con salsa de tomate con queso Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Tagliatelle with tomato sauce with cheese Grilled tenderloin with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	7 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	8 Paella de pollo Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan Chicken paella Grilled turkey with lettuce & tomatoes Yoghurt and bread	9 Crema de calabacín Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y queso Fruta y pan Zucchini cream Spanish omelette with lettuce & cheese Fruit and bread	VE: 2922/699 GT: 19 GS: 4 HC: 99 AZ: 24 PROT: 34 SAL: 3
12 Sopa de picadillo Albóndigas a la jardinera con patatas fritas Fruta y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with vegetables with french fries Fruit and bread	13 Alubias pintas estofadas Tortilla paisana con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Stewed pinto beans Mixed meat omelette with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread	14 Arroz con salsa de tomate Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled turkey with lettuce & carrot Fruit and bread	15 Lentejas a la jardinera Jamoncitos de pollo al limón con salteado de verduras Postre lácteo y pan Vegetables lentils Lemon chicken drumsticks with sautéed vegetables Dairy dessert and bread	16 Coditos con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Grilled tenderloin with lettuce & olives Fruit and bread	VE: 3060/732 GT: 21 GS: 5 HC: 102 AZ: 23 PROT: 35 SAL: 3
19 Arroz a la milanesa Pavo a la plancha con ensalada Fruta y pan Milanese rice Grilled turkey with salad Fruit and bread	20 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Filete de pollo al horno con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Postre lácteo y pan Braised green beans, carrots & potatoes Baked chicken with green salad (lettuce, green peppers & olives) Dairy dessert and bread	21 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	22 Crema de calabaza Lomo al ajillo con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan Pumpkin soup Tenderloin with garlic with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread	23 Pasta con salsa de tomate Revuelto de queso con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Pasta with tomato sauce Scrambled eggs with cheese with lettuce & carrot Fruit and bread	VE: 2565/614 GT: 15 GS: 4 HC: 90 AZ: 25 PROT: 32 SAL: 2
26 Macarrones napolitana Pavo a la plancha con guisantes salteados Fruta y pan Napolitan macaroni Grilled turkey with sautéed peas Fruit and bread	27 Alubias estofadas con verduras Magro con tomate con zanahorias salteadas Yogur y pan Beans with vegetables Pork steak with tomatoes with sautéed carrots Yoghurt and bread	28 Crema de verduras Pollo asado con salsa barbacoa con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Vegetables cream Roasted chicken with barbecue sauce with lettuce and beets Fruit and bread	29 Lentejas estofadas con chorizo Huevos rotos con patatas Yogur y pan Lentils with chorizo sausage Scrambled eggs with french fries Yoghurt and bread	30 Arroz frito Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y quinoa Fruta y pan Fried rice Grilled tenderloin with lettuce salad with quinoa Fruit and bread	VE: 2942/704 GT: 17 GS: 4 HC: 99 AZ: 23 PROT: 40 SAL: 2

MES: Abril 2021

COLEGIO: HIGHLANDS LOS FRESNOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es			1	2	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5	6 Tallarines con salsa de tomate con queso Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Tagliatelle with tomato sauce with cheese Grilled tenderloin with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	7 Sopa de fideos Pavo a la plancha con ensalada Fruta y pan Noodle soup Grilled turkey with salad Fruit and bread	8 Paella de pollo Filete de lenguadina a la romana con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan Chicken paella Battered & fried yellowfin sole with lettuce & tomatoes Yoghurt and bread	9 Crema de calabacín Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y queso Fruta y pan Zucchini cream Spanish omelette with lettuce & cheese Fruit and bread	VE: 2942/704 GT: 22 GS: 4 HC: 96 AZ: 23 PROT: 33 SAL: 3
12 Sopa de picadillo Albóndigas con patatas fritas Fruta y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with french fries Fruit and bread	13 Crema de verduras Tortilla paisana con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Vegetables cream Mixed meat omelette with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread	14 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked hake with lettuce & carrot Fruit and bread	15 Patatas estofadas Jamoncitos de pollo al limón con salteado de verduras Postre lácteo y pan Stewed potatoes Lemon chicken drumsticks with sautéed vegetables Dairy dessert and bread	16 Coditos con atún (tomate y atún) Filete de perca a la romana con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Mac with tuna (tomato and tuna) Battered & fried perch with lettuce & olives Fruit and bread	VE: 3056/731 GT: 24 GS: 5 HC: 95 AZ: 23 PROT: 37 SAL: 3
19 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza en salsa de zanahoria Fruta y pan Rice with tomato sauce Hake fillet in carrot sauce Fruit and bread	20 Crema de verduras Filete de pollo al horno con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Postre lácteo y pan Vegetables cream Baked chicken with green salad (lettuce, green peppers & olives) Dairy dessert and bread	21 Sopa de fideos Pavo a la plancha con ensalada Fruta y pan Noodle soup Grilled turkey with salad Fruit and bread	22 Crema de calabaza Lomo al ajillo con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan Pumpkin soup Tenderloin with garlic with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread	23 Fideuá marinera Revuelto de queso con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Seafood fideua Scrambled eggs with cheese with lettuce & carrot Fruit and bread	VE: 2476/592 GT: 15 GS: 2 HC: 86 AZ: 26 PROT: 29 SAL: 3
26 Macarrones napolitana Abadejo a la andaluza con salteado de verduras Fruta y pan Napolitan macaroni Andalusian style haddock with sautéed vegetables Fruit and bread	27 Patatas estofadas Magro con tomate con zanahorias salteadas Yogur y pan Stewed potatoes Pork steak with tomatoes with sautéed carrots Yoghurt and bread	28 Crema de verduras Pollo asado con salsa barbacoa con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Vegetables cream Roasted chicken with barbecue sauce with lettuce and beets Fruit and bread	29 Sopa de fideos Huevos rotos con patatas Yogur y pan Noodle soup Scrambled eggs with french fries Yoghurt and bread	30 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza a la donostiarra con ensalada de lechuga y quinoa Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled and baked hake with garlic & hot pepper gravy with lettuce salad with quinoa Fruit and bread	VE: 2847/681 GT: 20 GS: 4 HC: 90 AZ: 21 PROT: 38 SAL: 2