

Menú Primaria Hastings School - NOVIEMBRE/ NOVEMBER 2021

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...

LUNES / MONDAY 1	MARTES / TUESDAY 2	MIÉRCOLES / WEDNESDAY 3	JUEVES / THURSDAY 4	VIERNES / FRIDAY 5												
OFFICIAL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	Guisantes rehogados Peas sautéed	Macarrones a la española (con chorizo)(1,3) Macaronni & Chorizo												
			Jamón de york villarroy con ensalada de maíz y zanahoria (1,3,6,7) Villarroy york & salad	Filete de pescadilla al limón con ensalada (4) Breaded fish & lemon with salad												
			Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy												
kcal	Lip	Prot	HdC	kcal	Lip	Prot	HdC	kcal	Lip	Prot	HdC	kcal	Lip	Prot	HdC	
8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Judías verdes con tomate Fresh beans & tomato sauce	OFFICIAL HOLIDAYS	Paella mixta (verduras y carne de pollo) "Paella"	Sopa de cocido (1,3) Soup	Puré de calabacín y puerros Zucchini & leeks soup												
Albóndigas de ternera con puré de patata (6,7,12) Veal meatballs & mashed potatoe		Salmón a la naranja y ratatouille de verduras (4) Salmon with ratatouille	Complemento: garbanzos ecológicos Chick-peas, vegetables, meat stew	Muslitos de pollo al horno con sanfaina (daditos de calabacín y berenjena con tomate) Roasted chicken & vegetables												
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy												
kcal		Lip	Prot	HdC	kcal	Lip	Prot	HdC	kcal	Lip	Prot	HdC	kcal	Lip	Prot	HdC
15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Lentejas ecológicas estofadas con verduras Lentils soup	Pastel de verduras Vegetable pie	Lacitos a la Carbonara (1,3,6,7) Pasta Carbonara	Sopa de arroz en caldo de verduras Rice & vegetables soup	Judías blancas ecológicas a la hotelana Beans stewed with vegetables												
Quiché vegetal con ensalada variada (1,3,7) Veggie quiche & salad	Guiso de pavo con zanahorias y patata panadera Turkey ragout with carrots & potatoes	Filete de merluza al horno con ensalada (4) Hake fillet baked & salad	Magro con tomate y brócoli rehogado Magro in sauce & broccoli	Bacalao en cama de pisto (4) Cod on pisto bed												
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy												
kcal	Lip	Prot	HdC	kcal	Lip	Prot	HdC	kcal	Lip	Prot	HdC	kcal	Lip	Prot	HdC	kcal
22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38
Puré de calabaza, zanahorias y boniato Soup of	Garbanzos ecológicos con chorizo Chick-peas & chorizo	Sopa de picadillo (1,3) Picadillo soup	Judías verdes con tomate Fresh beans & tomato sauce	Fideuá vegetal (1,3) "Fideua"												
Pescadilla con tomate y guarnición de pasta integral salteada (1,3,4) Whiting & tomato with wheat pasta	Fil. De pollo a las finas hierbas con ensalada Herby chicken & salad	Empanadillas caseras de caballa o atún claro al horno con ensalada (1,3,4) Homemade tuna pastries & salad	Huevo frito con guarnición de arroz blanco con tomate (3) Fried eggs & rice with tomato	Guiso de ternera en salsa de champiñones Veal ragout in sauce & mushrooms												
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy												
kcal	Lip	Prot	HdC	kcal	Lip	Prot	HdC	kcal	Lip	Prot	HdC	kcal	Lip	Prot	HdC	kcal
29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45
Puré de verduras de temporada (1) Cream of vegetables	Sopa de cocido (1,3) Soup															
Lacón al horno con patata a la gallega (12) Baked lacon & boiled potatoe	Complemento: garbanzos ecológicos Chick-peas, vegetables, meat stew															
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit															
kcal	Lip	Prot	HdC	kcal	Lip	Prot	HdC	kcal	Lip	Prot	HdC	kcal	Lip	Prot	HdC	kcal
80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos

Menú Primaria ovolacteo vegetariano - NOVIEMBRE/ NOVEMBER 2021

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY																													
1	2	3	4	5																													
OFFICIAL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	Guisantes rehogados	Verduras naturales a la parrilla																													
			Peas sautéed	Fresh vegetables																													
			Tortilla francesa con ensalada de maíz y zanahoria (3)	Macarrones salteados al aglio e olio ((1,3)																													
			Plain omelette & salad	Macaronni aglio e olio																													
			Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																													
8	9	10	11	12																													
Judías verdes con tomate	NOT A SCHOOL DAY	Paella de verduras	Sopa de fideos y verduras (1,3)	Puré de calabacín y puerros																													
Fresh beans & tomato sauce		"Paella"	Vegetables soup	Zucchini & leeks soup																													
Huevos cocidos en salsa con puré de patata (3,7,12)		Seitán en dados a la naranja y ratatouille de verduras (1)	Garbanzos ecológicos salteados con verduras	Filete de tofu frito con sanfaina (daditos de calabacín y berenjena con tomate) (6)																													
Boiled eggs & mashed potatoe		Seitan with ratatouille	Chick-peas & vegetables stew	Tofu fillet & vegetables																													
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																													
15	16	17	18	19																													
Lentejas ecológicas estofadas con verduras	Pastel de verduras (3,7)	Lacitos con tomate y orégano (1,3)	Sopa de arroz en caldo de verduras	Espinacas rehogadas																													
Lentils soup	Vegetable pie	Pasta & tomato sauce	Rice & vegetables soup	Sautéed spinach																													
Quiché vegetal con ensalada variada (1,3,7)	Guiso de seitán con zanahorias y patata panadera (1,12)	Hamburguesa vegetal casera (prot. guisante con ensalada (1,3)	Huevos en salsa de tomate y brócoli rehogado (3)	Judías blancas ecológicas a la hortelana																													
Veggie quiche & salad	Seitan with carrots & potatoes	Veggie hamburger (peas protein) & salad	Boiled eggs in sauce & broccoli	Beans stewed with vegetables																													
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																													
22	23	24	25	26																													
Puré de calabaza, zanahorias y boniato	Garbanzos ecológicos con verduras	Sopa de fideos en caldo de verduras (1,3)	Judías verdes con tomate	Fideuá vegetal (1,3)																													
Soup of	Chick-peas & vegetables	Vegetables & pasta soup	Fresh beans & tomato sauce	"Fideua"																													
Seitán con tomate y guarnición de pasta integral salteada (1,3)	Tortilla española con ensalada (3,12)	Empanadillas caseras de verduras al horno con ensalada (1,3)	Huevo frito con guarnición de arroz blanco con tomate (3)	Filete de tofu en salsa de champiñones (6)																													
Seitan & tomato with wheat pasta	Spanish potatoe omelette & salad	Homemade vegetables pastries & salad	Fried eggs & rice with tomato	Tofu fillet in sauce & mushrooms																													
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																													
29	30	<table border="1"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td> </tr> <tr> <td>Gluten</td><td>Crustáceos</td><td>Huevos</td><td>Pescado</td><td>Cacahuete</td><td>Soja</td><td>Leche</td><td>Frutos de cáscara</td><td>Apio</td><td>Mostaza</td><td>Sésamo</td><td>Sulfitos</td><td>Altramuces</td><td>Moluscos</td> </tr> </table>				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14																				
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos																				
Puré de verduraras de temporada (1)	Sopa de fideos y verduras (1,3)																																
Cream of vegetables	Vegetables soup																																
Huevos revueltos con patata a la gallega (3,12)	Garbanzos ecológicos salteados con verduras																																
Scrambled eggs & boiled potatoe	Chick-peas & vegetables stew																																
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit																																

Menú Primaria sin carne de cerdo ni ternera - NOVIEMBRE/ NOVEMBER 2021

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY																													
1	2	3	4	5																													
OFFICIAL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	Guisantes rehogados	Macarrones con tomate (1,3)																													
			Peas sautéed	Macaronni & tomato sauce																													
			Tortilla francesa con ensalada de maíz y zanahoria (3)	Filete de pescadilla al limón con ensalada (4)																													
			Plain omelette & salad	Breaded fish & lemon with salad																													
			Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																													
8	9	10	11	12																													
Judías verdes con tomate	NOT A SCHOOL DAY	Paella mixta (verduras y carne de pollo)	Sopa de fideos y verduras (1,3)	Puré de calabacín y puerros																													
Fresh beans & tomato sauce		"Paella"	Vegetables soup	Zucchini & leeks soup																													
Huevos cocidos en salsa con puré de patata (3,7,12)		Salmón a la naranja y ratatouille de verduras (4)	Garbanzos ecológicos salteados con verduras	Muslitos de pollo al horno con sanfaina (daditos de calabacín y berenjena con tomate)																													
Boiled eggs & mashed potatoe		Salmon with ratatouille	Chick-peas & vegetables stew	Roasted chicken & vegetables																													
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																													
15	16	17	18	19																													
Lentejas ecológicas estofadas con verduras	Pastel de verduras (3,7)	Lacitos con tomate y orégano (1,3)	Sopa de arroz en caldo de verduras	Judías blancas ecológicas a la hortelana																													
Lentils soup	Vegetable pie	Pasta & tomato sauce	Rice & vegetables soup	Beans stewed with vegetables																													
Quiché vegetal con ensalada variada (1,3,7)	Guiso de pavo con zanahorias y patata panadera	Filete de merluza al horno con ensalada (4)	Huevos en salsa de tomate y brócoli rehogado (3)	Bacalao en cama de pisto (4)																													
Veggie quiche & salad	Turkey ragout with carrots & potatoes	Hake fillet baked & salad	Boiled eggs in sauce & broccoli	Cod on pisto bed																													
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																													
22	23	24	25	26																													
Puré de calabaza, zanahorias y boniato	Garbanzos ecológicos con verduras	Sopa de fideos en caldo de verduras (1,3)	Judías verdes con tomate	Fideuá vegetal (1,3)																													
Soup of	Chick-peas & vegetables	Vegetables & pasta soup	Fresh beans & tomato sauce	"Fideua"																													
Pescadilla con tomate y guarnición de pasta integral salteada (1,3,4)	Fil. De pollo a las finas hierbas con ensalada	Empanadillas caseras de caballa o atún claro al horno con ensalada (1,3,4)	Huevo frito con guarnición de arroz blanco con tomate (3)	Guiso de pavo en salsa de champiñones																													
Whiting & tomato with wheat pasta	Herby chicken & salad	Homemade tuna pastries & salad	Fried eggs & rice with tomato	Turkey ragout in sauce & mushrooms																													
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																													
29	30	<table border="1"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td> </tr> <tr> <td>Gluten</td><td>Crustáceos</td><td>Huevos</td><td>Pescado</td><td>Cacahuete</td><td>Soja</td><td>Leche</td><td>Frutos de cáscara</td><td>Apio</td><td>Mostaza</td><td>Sésamo</td><td>Sulfitos</td><td>Altramucos</td><td>Moluscos</td> </tr> </table>				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14																				
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos																				
Coliflor Orly casera (1)	Sopa de fideos y verduras (1,3)																																
Breaded cauliflower	Vegetables soup																																
Huevos revueltos con patata a la gallega (3,12)	Garbanzos ecológicos salteados con verduras																																
Scrambled eggs & boiled potatoe	Chick-peas & vegetables stew																																
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit																																

Menú Primaria sin champiñones ni quinoa - NOVIEMBRE/ NOVEMBER 2021

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY																																							
1	2	3	4	5																																							
OFFICIAL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	Guisantes rehogados	Macarrones a la española (con chorizo)(1,3)																																							
			Peas sautéed	Macaronni & Chorizo																																							
			Jamón de york villarroy con ensalada de maíz y zanahoria (1,3,6,7)	Filete de pescadilla al limón con ensalada (4)																																							
			Villarroy york and salad	Breaded fish & lemon with salad																																							
			Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																																							
8	9	10	11	12																																							
Judías verdes con tomate	NOT A SCHOOL DAY	Paella mixta (verduras y carne de pollo)	Sopa de cocido (1,3)	Puré de calabacín y puerros																																							
Fresh beans & tomato sauce		"Paella"	Soup	Zucchini & leeks soup																																							
Albóndigas de ternera con puré de patata (6,7,12)		Salmón a la naranja y ratatouille de verduras (4)	Complemento: garbanzos ecológicos	Muslitos de pollo al horno con sanfaina (daditos de calabacín y berenjena con tomate)																																							
Veal meatballs & mashed potatoe		Salmon with ratatouille	Chick-peas, vegetables, meat stew	Roasted chicken & vegetables																																							
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																																							
15	16	17	18	19																																							
Lentejas ecológicas estofadas con verduras	Pastel de verduras (3,7)	Lacitos a la Carbonara (1,3,6,7)	Sopa de arroz en caldo de verduras	Judías blancas ecológicas a la hortelana																																							
Lentils soup	Vegetable pie	Pasta Carbonara	Rice & vegetables soup	Beans stewed with vegetables																																							
Quiché vegetal con ensalada variada (1,3,7)	Guiso de pavo con zanahorias y patata panadera	Filete de merluza al horno con ensalada (4)	Magro con tomate y brócoli rehogado	Bacalao en cama de pisto (4)																																							
Veggie quiche & salad	Turkey ragout with carrots & potatoes	Hake fillet baked & salad	Magro in sauce & broccoli	Cod on pisto bed																																							
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																																							
22	23	24	25	26																																							
Puré de calabaza, zanahorias y boniato	Garbanzos ecológicos con chorizo	Sopa de picadillo (1,3)	Judías verdes con tomate	Fideuá vegetal (1,3)																																							
Soup of	Chick-peas & chorizo	Picadillo soup	Fresh beans & tomato sauce	"Fideua"																																							
Pescadilla con tomate y guarnición de pasta integral salteada (1,3,4)	Fil. De pollo a las finas hierbas con ensalada	Empanadillas caseras de caballa o atún claro al horno con ensalada (1,3,4)	Huevo frito con guarnición de arroz blanco con tomate (3)	Guiso de ternera en salsa de zanahorias baby																																							
Whiting & tomato with wheat pasta	Herby chicken & salad	Homemade tuna pastries & salad	Fried eggs & rice with tomato	Veal ragout in sauce & carrots																																							
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																																							
29	30	<table border="1"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td> </tr> <tr> <td>Gluten</td><td>Crustáceos</td><td>Huevos</td><td>Pescado</td><td>Cacahuete</td><td>Soja</td><td>Leche</td><td>Frutos de cáscara</td><td>Apio</td><td>Mostaza</td><td>Sésamo</td><td>Sulfitos</td><td>Altramucos</td><td>Moluscos</td> </tr> </table>														1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14																														
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos																														
Coliflor Orly casera (1)	Sopa de cocido (1,3)																																										
Breaded cauliflower	Soup																																										
Lacón al horno con patata a la gallega	Complemento: garbanzos ecológicos																																										
Baked lacon & boiled potatoe	Chick-peas, vegetables, meat stew																																										
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit																																										

Menú Primaria sin frutos secos - NOVIEMBRE/ NOVEMBER 2021

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY																													
1	2	3	4	5																													
OFFICIAL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	Guisantes rehogados	Macarrones a la española (con chorizo)(1,3)																													
			Peas sautéed	Macaronni & Chorizo																													
			Jamón de york villarroy con ensalada de maíz y zanahoria (1,3,6,7)	Filete de pescadilla al limón con ensalada (4)																													
			Villarroy york and salad	Breaded fish & lemon with salad																													
			Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																													
8	9	10	11	12																													
Judías verdes con tomate	NOT A SCHOOL DAY	Paella mixta (verduras y carne de pollo)	Sopa de cocido (1,3)	Puré de calabacín y puerros																													
Fresh beans & tomato sauce		"Paella"	Soup	Zucchini & leeks soup																													
Albóndigas de ternera con puré de patata (6,7,12)		Salmón a la naranja y ratatouille de verduras (4)	Complemento: garbanzos ecológicos	Muslitos de pollo al horno con sanfaina (daditos de calabacín y berenjena con tomate)																													
Veal meatballs & mashed potatoe		Salmon with ratatouille	Chick-peas, vegetables, meat stew	Roasted chicken & vegetables																													
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																													
15	16	17	18	19																													
Lentejas ecológicas estofadas con verduras	Pastel de verduras (3,7)	Lacitos a la Carbonara (1,3,6,7)	Sopa de arroz en caldo de verduras	Judías blancas ecológicas a la hortelana																													
Lentils soup	Vegetable pie	Pasta Carbonara	Rice & vegetables soup	Beans stewed with vegetables																													
Quiché vegetal con ensalada variada (1,3,7)	Guiso de pavo con zanahorias y patata panadera	Filete de merluza al horno con ensalada (4)	Magro con tomate y brócoli rehogado	Bacalao en cama de pisto (4)																													
Veggie quiche & salad	Turkey ragout with carrots & potatoes	Hake fillet baked & salad	Magro in sauce & broccoli	Cod on pisto bed																													
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																													
22	23	24	25	26																													
Puré de calabaza, zanahorias y boniato	Garbanzos ecológicos con chorizo	Sopa de picadillo (1,3)	Judías verdes con tomate	Fideuá vegetal (1,3)																													
Soup of	Chick-peas & chorizo	Picadillo soup	Fresh beans & tomato sauce	"Fideua"																													
Pescadilla con tomate y guarnición de pasta integral salteada (1,3,4)	Fil. De pollo a las finas hierbas con ensalada	Empanadillas caseras de caballa o atún claro al horno con ensalada (1,3,4)	Huevo frito con guarnición de arroz blanco con tomate (3)	Guiso de ternera en salsa de champiñones																													
Whiting & tomato with wheat pasta	Herby chicken & salad	Homemade tuna pastries & salad	Fried eggs & rice with tomato	Veal ragout in sauce & mushrooms																													
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																													
29	30	<table border="1"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td> </tr> <tr> <td>Gluten</td><td>Crustáceos</td><td>Huevos</td><td>Pescado</td><td>Cacahuete</td><td>Soja</td><td>Leche</td><td>Frutos de cáscara</td><td>Apio</td><td>Mostaza</td><td>Sésamo</td><td>Sulfitos</td><td>Altramucos</td><td>Moluscos</td> </tr> </table>				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14																				
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos																				
Coliflor Orly casera (1)	Sopa de cocido (1,3)																																
Breaded cauliflower	Soup																																
Lacón al horno con patata a la gallega	Complemento: garbanzos ecológicos																																
Baked lacon & boiled potatoe	Chick-peas, vegetables, meat stew																																
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit																																

Menú Primaria sin proteína de la leche - NOVIEMBRE/ NOVEMBER 2021

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY																													
1	2	3	4	5																													
OFFICIAL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	Guisantes rehogados	Macarrones a la española (con chorizo)(1,3)																													
			Peas sautéed	Macaronni & Chorizo																													
			Lacón al horno con ensalada de maíz y zanahoria (6)	Filete de pescadilla al limón con ensalada (4)																													
			Roast lacon & salad	Breaded fish & lemon with salad																													
			Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja/ soya dairy																													
8	9	10	11	12																													
Judías verdes con tomate	NOT A SCHOOL DAY	Paella mixta (verduras y carne de pollo)	Sopa de cocido (1,3)	Puré de calabacín y puerros																													
Fresh beans & tomato sauce		"Paella"	Soup	Zucchini & leeks soup																													
Albóndigas de ternera caseras sin alérgenos con patata asada (12)		Salmón a la naranja y ratatouille de verduras (4)	Complemento: garbanzos ecológicos	Muslitos de pollo al horno con sanfaina (daditos de calabacín y berenjena con tomate)																													
Veal meatballs & mashed potatoe		Salmon with ratatouille	Chick-peas, vegetables, meat stew	Roasted chicken & vegetables																													
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja/ soya dairy																													
15	16	17	18	19																													
Lentejas ecológicas estofadas con verduras	Puré de verduras (1,2)	Lacitos con tomate y orégano (1,3)	Sopa de arroz en caldo de verduras	Judías blancas ecológicas a la hortelana																													
Lentils soup	Vegetables soup	Pasta & tomato sauce	Rice & vegetables soup	Beans stewed with vegetables																													
Tortilla francesa de calabacín con ensalada variada (3)	Guiso de pavo con zanahorias y patata panadera	Filete de merluza al horno con ensalada (4)	Magro con tomate y brócoli rehogado	Bacalao en cama de pisto (4)																													
Plain omelette & zucchini with salad	Turkey ragout with carrots & potatoes	Hake fillet baked & salad	Magro in sauce & broccoli	Cod on pisto bed																													
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja/ soya dairy																													
22	23	24	25	26																													
Puré de calabaza, zanahorias y boniato	Garbanzos ecológicos con chorizo	Sopa de picadillo (1,3)	Judías verdes con tomate	Fideuá vegetal (1,3)																													
Soup of	Chick-peas & chorizo	Picadillo soup	Fresh beans & tomato sauce	"Fideua"																													
Pescadilla con tomate y guarnición de pasta integral salteada (1,3,4)	Fil. De pollo a las finas hierbas con ensalada	Empanadillas caseras de caballa o atún claro al horno con ensalada (1,3,4)	Huevo frito con guarnición de arroz blanco con tomate (3)	Guiso de ternera en salsa de champiñones																													
Whiting & tomato with wheat pasta	Herby chicken & salad	Homemade tuna pastries & salad	Fried eggs & rice with tomato	Veal ragout in sauce & mushrooms																													
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja/ soya dairy																													
29	30	<table border="1"> <thead> <tr> <th>1</th> <th>2</th> <th>3</th> <th>4</th> <th>5</th> <th>6</th> <th>7</th> <th>8</th> <th>9</th> <th>10</th> <th>11</th> <th>12</th> <th>13</th> <th>14</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Gluten</td> <td>Crustáceos</td> <td>Huevos</td> <td>Pescado</td> <td>Cacahuete</td> <td>Soja</td> <td>Leche</td> <td>Frutos de cáscara</td> <td>Apio</td> <td>Mostaza</td> <td>Sésamo</td> <td>Sulfitos</td> <td>Altramucos</td> <td>Moluscos</td> </tr> </tbody> </table>				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14																				
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos																				
Coliflor Orly casera (1)	Sopa de cocido (1,3)																																
Breaded cauliflower	Soup																																
Lacón al horno con patata a la gallega	Complemento: garbanzos ecológicos																																
Baked lacon & boiled potatoe	Chick-peas, vegetables, meat stew																																
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit																																

Menú Primaria sin gluten ni lactosa - NOVIEMBRE/ NOVEMBER 2021

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY																																							
1	2	3	4	5																																							
OFFICIAL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	Guisantes rehogados	Macarrones sin gluten a la española (con chorizo)																																							
			Peas sautéed	Macaronni & Chorizo																																							
			Lacón al horno con ensalada de maíz y zanahoria (6)	Filete de pescadilla al limón con ensalada (4)																																							
			Roast lacon & salad	Breaded fish & lemon with salad																																							
			Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja/ soya dairy																																							
8	9	10	11	12																																							
Judías verdes con tomate	NOT A SCHOOL DAY	Paella mixta (verduras y carne de pollo)	Sopa de cocido (fideos sin alérgenos)	Puré de calabacín y puerros																																							
Fresh beans & tomato sauce		"Paella"	Soup	Zucchini & leeks soup																																							
Albóndigas de ternera caseras sin alérgenos con patata asada (harina de maíz, 12)		Salmón a la naranja y ratatouille de verduras (4)	Complemento: garbanzos ecológicos	Muslitos de pollo al horno con sanfaina (daditos de calabacín y berenjena con tomate)																																							
Veal meatballs & mashed potatoe		Salmon with ratatouille	Chick-peas, vegetables, meat stew	Roasted chicken & vegetables																																							
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja/ soya dairy																																							
15	16	17	18	19																																							
Lentejas ecológicas estofadas con verduras	Puré de verduras (12)	Lacitos con tomate y orégano (pasta sin alérgenos)	Sopa de arroz en caldo de verduras	Judías blancas ecológicas a la hortelana																																							
Lentils soup	Vegetables soup	Pasta & tomato sauce	Rice & vegetables soup	Beans stewed with vegetables																																							
Tortilla francesa de calabacín con ensalada variada (3)	Guiso de pavo con zanahorias y patata panadera	Filete de merluza al horno con ensalada (4)	Magro con tomate y brócoli rehogado	Bacalao en cama de pisto (4)																																							
Plain omelette & zucchini with salad	Turkey ragout with carrots & potatoes	Hake fillet baked & salad	Magro in sauce & broccoli	Cod on pisto bed																																							
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja/ soya dairy																																							
22	23	24	25	26																																							
Puré de calabaza, zanahorias y boniato	Garbanzos ecológicos con chorizo	Sopa de picadillo (fideos sin gluten)	Judías verdes con tomate	Fideuá vegetal (pasta sin gluten)																																							
Soup of	Chick-peas & chorizo	Picadillo soup	Fresh beans & tomato sauce	"Fideua"																																							
Pescadilla con tomate y guarnición de pasta sin gluten salteada (4)	Fil. De pollo a las finas hierbas con ensalada	Salmón al horno con ensalada (4)	Huevo frito con guarnición de arroz blanco con tomate (3)	Guiso de ternera en salsa de champiñones																																							
Whiting & tomato with pasta (gluten free)	Herby chicken & salad	Grilled salmon & salad	Fried eggs & rice with tomato	Veal ragout in sauce & mushrooms																																							
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja/ soya dairy																																							
29	30	<table border="1"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td> </tr> <tr> <td>Gluten</td><td>Crustáceos</td><td>Huevos</td><td>Pescado</td><td>Cacahuete</td><td>Soja</td><td>Leche</td><td>Frutos de cáscara</td><td>Apio</td><td>Mostaza</td><td>Sésamo</td><td>Sulfitos</td><td>Altramucos</td><td>Moluscos</td> </tr> </table>														1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14																														
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos																														
Coliflor Orly casera (harina de maíz)	Sopa de cocido (fideos sin alérgenos)																																										
Breaded cauliflower	Soup																																										
Lacón al horno con patata a la gallega	Complemento: garbanzos ecológicos																																										
Baked lacon & boiled potatoe	Chick-peas, vegetables, meat stew																																										
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit																																										

Menú Primaria sin gluten - NOVIEMBRE/ NOVEMBER 2021

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY																												
1	2	3	4	5																												
OFFICIAL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	Guisantes rehogados	Macarrones sin gluten a la española (con chorizo)																												
			Peas sautéed	Macaronni & Chorizo																												
			Lacón al horno con ensalada de maíz y zanahoria (6)	Filete de pescadilla al limón con ensalada (4)																												
			Roast lacon & salad	Breaded fish & lemon with salad																												
			Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																												
8	9	10	11	12																												
Judías verdes con tomate	NOT A SCHOOL DAY	Paella mixta (verduras y carne de pollo)	Sopa de cocido (fideos sin alérgenos)	Puré de calabacín y puerros																												
Fresh beans & tomato sauce		"Paella"	Soup	Zucchini & leeks soup																												
Albóndigas de ternera caseras sin alérgenos con patata asada (harina de maíz, 12)		Salmón a la naranja y ratatouille de verduras (4)	Complemento: garbanzos ecológicos	Muslitos de pollo al horno con sanfaina (daditos de calabacín y berenjena con tomate)																												
Veal meatballs & mashed potatoe		Salmon with ratatouille	Chick-peas, vegetables, meat stew	Roasted chicken & vegetables																												
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																												
15	16	17	18	19																												
Lentejas ecológicas estofadas con verduras	Pastel de verduras (3,7)	Lacitos con tomate y orégano (pasta sin alérgenos)	Sopa de arroz en caldo de verduras	Judías blancas ecológicas a la hortelana																												
Lentils soup	Vegetable pie	Pasta & tomato sauce	Rice & vegetables soup	Beans stewed with vegetables																												
Tortilla francesa de calabacín con ensalada variada (3)	Guiso de pavo con zanahorias y patata panadera	Filete de merluza al horno con ensalada (4)	Magro con tomate y brócoli rehogado	Bacalao en cama de pisto (4)																												
Plain omelette & zucchini with salad	Turkey ragout with carrots & potatoes	Hake fillet baked & salad	Magro in sauce & broccoli	Cod on pisto bed																												
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																												
22	23	24	25	26																												
Puré de calabaza, zanahorias y boniato	Garbanzos ecológicos con chorizo	Sopa de picadillo (fideos sin gluten)	Judías verdes con tomate	Fideuá vegetal (pasta sin gluten)																												
Soup of	Chick-peas & chorizo	Picadillo soup	Fresh beans & tomato sauce	"Fideua"																												
Pescadilla con tomate y guarnición de pasta sin gluten salteada (4)	Fil. De pollo a las finas hierbas con ensalada	Salmón al horno con ensalada (4)	Huevo frito con guarnición de arroz blanco con tomate (3)	Guiso de ternera en salsa de champiñones																												
Whiting & tomato with pasta (gluten free)	Herby chicken & salad	Grilled salmon & salad	Fried eggs & rice with tomato	Veal ragout in sauce & mushrooms																												
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy																												
29	30	<table border="1"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td> </tr> <tr> <td>Gluten</td><td>Crustáceos</td><td>Huevos</td><td>Pescado</td><td>Cacahuete</td><td>Soja</td><td>Leche</td><td>Frutos de cáscara</td><td>Apio</td><td>Mostaza</td><td>Sésamo</td><td>Sulfitos</td><td>Altramucos</td><td>Moluscos</td> </tr> </table>			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14																			
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos																			
Coliflor Orly casera (harina de maíz)	Sopa de cocido (fideos sin alérgenos)																															
Breaded cauliflower	Soup																															
Lacón al horno con patata a la gallega	Complemento: garbanzos ecológicos																															
Baked lacon & boiled potatoe	Chick-peas, vegetables, meat stew																															
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit																															