

CAMPAMENTO HASTINGS SCHOOL BENDICION DE CAMPOS - JULIO/JULY 2024

Energía expresada en Kcal. Macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, melón, sandía...

LUNES / MONDAY							MARTES / TUESDAY							MIÉRCOLES / WEDNESDAY							JUEVES / THURSDAY							VIERNES / FRIDAY											
1 Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10) Pasta with home made tomato sauce							2 Coliflor Only (1,2,4,7,14) Only cauliflower							3 Arroz 3 Delicias (2,3,6) Special fried rice							Day Trip Excursión							5 Judías verdes rehogadas Sautéed green beans											
Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3) Spanish potato omelette & tomato salad							Hamburguesa de ternera en salsa de tomate casera (1,6,7,12) Veal burger & home made tomato sauce							Fil. merluza al horno con patata gajo (4,12) Grilled hake fillet & fries														Ragout de pollo con patatas fritas Chicken ragout with fries											
Fruta de temporada / Seasonal fruit							Fruta de temporada / Seasonal fruit							Fruta de temporada / Seasonal fruit														Postre lácteo/ Dairy											
kcal	699	Lip	40,1	Prot	38,6	HdC	43	kcal	546	Lip	37,4	Prot	19,5	HdC	33	kcal	575	Lip	24	Prot								28,48	HdC	61	kcal		Lip		Prot		HdC		kcal
8 Crema de guisantes Pea soup							9 Lentejas estofadas Lentil stew							10 Paella Vegetal Vegetable Paella							11 Puré de verduras Creamy of vegetables soup							Day Trip Excursión											
Magro de cerdo con patata dado (12) Pork meat with diced potato							Empanada casera de atún claro al horno c/ensalada (1,3,4,5,6,7,8,10,11) Homemade tuna pastries & green salad							Fil. contramuslo empanado con ens. De tomate natural (1,3,6) Breaded chicken fillet & fresh tomato salad							Tortilla francesa de fiambre de pavo con ensalada (3,6) Turkey omelette with salad																		
Fruta de temporada / Seasonal fruit							Fruta de temporada / Seasonal fruit							Fruta de temporada / Seasonal fruit							Fruta de temporada / Seasonal fruit																		
kcal	564	Lip	31,5	Prot	42,2	HdC	28	kcal	793	Lip	44,6	Prot	49,7	HdC	51	kcal	708	Lip	45,1	Prot	51,8	HdC	26	kcal	638	Lip	41,5								Prot	24,2	HdC	49	kcal
15 Arroz blanco con salsa casera de tomate White rice with home made tomato sauce							Day Trip Excursión							17 Crema de Verduras Vegetable soup							18 Guisantes salteados con jamón Sautéed peas with ham							19 Pasta con chorizo (1,3,6,10) Pasta & "chorizo"											
Flamenquines de Jamón y queso (1,3,6,7) Breaded Ham and cheese Rolls														Albóndigas de ternera con champiñones y zanahorias baby (1,6,12) Veal meatball with mushrooms and carrots							Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3) Potato omelette & fresh tomato salad							Merluza en salsa verde con jardinera (4) Hake in sauce & vegetables											
Fruta de temporada / Seasonal fruit														Fruta de temporada / Seasonal fruit							Fruta de temporada / Seasonal fruit							Fruta de temporada / Seasonal fruit											
kcal	813	Lip	27,2	Prot	20,5	HdC								123	kcal		Lip		Prot		HdC		kcal	713	Lip	47,9	Prot	31,9	HdC	46	kcal	638	Lip	41,5	Prot	24,2	HdC	49	kcal
22 Crema de Calabacín Courgette and potato soup							23 Ensalada de pasta (queso, york, tomate) (1,3,6,7,10) Pasta salad							Day Trip Excursión							25 National Holidays							26 Lentejas a la jardinera Lentil stew											
Hamburguesa al horno con patatitas las finas hierbas (1,6,7,12) Baked Veal burger with herby potatoes							Sepia rebozada con ensalada de lechuga y maíz ((1,2,3,4,6,7,9,10,12,14) Breaded cuttlefish and salad														Tortilla francesa con queso (3,7) Cheese Omelette																		
Fruta de temporada / Seasonal fruit							Fruta de temporada / Seasonal fruit														Fruta de temporada / Seasonal fruit							Fruta de temporada / Seasonal fruit											
kcal	419	Lip	16,6	Prot	13,7	HdC	54	kcal	423	Lip	10,7	Prot	16,4								HdC	65	kcal		Lip		Prot		HdC		kcal	403	Lip	10,9	Prot	12,3	HdC	64	

Declaración de alérgenos



CAMPAMENTO HASTINGS SCHOOL BENDICION DE CAMPOS - Menú sin carne de cerdo - JULIO/JULY 2024

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

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10)	Coliflor Orly (1,2,4,7,14)	Arroz 3 Delicias (2,3). No cerdo.	Day Trip Excursión	Judías verdes rehogadas (cebolla y ajo)
Pasta with home made tomato sauce	Orly cauliflower	Special fried rice (no pork meat)		Sauteed green beans (onion and garlic)
Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Hamburguesa de ternera en salsa de tomate casera (1,6,7,12)	Fil. merluza al horno con patata gajo (4,12)		Ragout de pollo con patatas fritas
Spanish potato omelette & tomato salad	Veal burger & home made tomato sauce	Grilled hake fillet & fries		Chicken ragout with fries
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy
8	9	10	11	12
Crema de guisantes	Lentejas estofadas	Paella Vegetal	Puré de verduras	Day Trip Excursión
Pea soup	Lentil stew	Vegetable Paella	Creamy of vegetables soup	
Tortilla de espinacas con patatas fritas (3)	Empanada casera de atún claro al horno c/ensalada (1,3,4,5,6,7,8,10,11)	Fil. contramuslo empanado con ens. De tomate natural (1,3,6)	Tortilla francesa de fiambre de pavo con ensalada (3,6)	
Spinach omelette & french fries	Homemade tuna pastries & green salad	Breaded chicken fillet & fresh tomato salad	Turkey omelette with salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
15	16	17	18	19
Arroz blanco con salsa casera de tomate	Day Trip Excursión	Crema de Verduras	Guisantes salteados con jamón	Pasta al aggio e olio (1,3,6,10)
White rice with home made tomato sauce		Vegetable soup	Sauteed peas with ham	Aggio e olio pasta
Contramuslo de pollo con ensalada		Albóndigas de ternera con champiñones y zanahorias baby (1,6,12)	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Merluza en salsa verde con jardinera (4)
Chicken with salad		Veal meatball with mushrooms and carrots	Potato omelette & fresh tomato salad	Hake in sauce & 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
Crema de Calabacín	Ensalada de pasta (1,3,6,10) (maíz, zanahoria, tomate natural)	Day Trip Excursión	National Holidays	Lentejas a la jardinera
Courgette and potato soup	Pasta salad			Lentil stew
Fil. de ternera en salsa con patatitas las finas hierbas (1,2)	Sepia rebozada con ensalada de lechuga y maíz ((1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)			Tortilla francesa con queso (3,7)
Veal fillet in sauce with herby potatoes	Breaded cuttlefish and salad			Cheese Omelette
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy

Declaración de alérgenos



CAMPAMENTO HASTINGS SCHOOL BENDICION DE CAMPOS - Menú sin carne de cerdo, manzana ni pera - JULIO/JULY 2024

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

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10)	Coliflor Orly (1,2,4,7,14)	Arroz 3 Delicias (2,3). No cerdo.	Day Trip Excursión	Judías verdes rehogadas (cebolla y ajo)
Pasta with home made tomato sauce	Orly cauliflower	Special fried rice (no pork meat)		Sauteed green beans (onion and garlic)
Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Hamburguesa de ternera en salsa de tomate casera (1,6,7,12)	Fil. merluza al horno con patata gajo (4,12)		Ragout de pollo con patatas fritas
Spanish potato omelette & tomato salad	Veal burger & home made tomato sauce	Grilled hake fillet & fries		Chicken ragout with fries
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy
8	9	10	11	12
Crema de guisantes	Lentejas estofadas	Paella Vegetal	Puré de verduras	Day Trip Excursión
Pea soup	Lentil stew	Vegetable Paella	Creamy of vegetables soup	
Tortilla de espinacas con patatas fritas (3)	Empanada casera de atún claro al horno c/ensalada (1,3,4,5,6,7,8,10,11)	Fil. contramuslo empanado con ens. De tomate natural (1,3,6)	Tortilla francesa de fiambre de pavo con ensalada (3,6)	
Spinach omelette & french fries	Homemade tuna pastries & green salad	Breaded chicken fillet & fresh tomato salad	Turkey omelette with salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit
15	16	17	18	19
Arroz blanco con salsa casera de tomate	Day Trip Excursión	Crema de Verduras	Guisantes salteados con jamón	Pasta al aggio e olio (1,3,6,10)
White rice with home made tomato sauce		Vegetable soup	Sauteed peas with ham	Aggio e olio pasta
Contramuslo de pollo con ensalada		Albóndigas de ternera con champiñones y zanahorias baby (1,6,12)	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Merluza en salsa verde con jardinera (4)
Chicken with salad		Veal meatball with mushrooms and carrots	Potato omelette & fresh tomato salad	Hake in sauce & 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
Crema de Calabacín	Ensalada de pasta (1,3,6,10) (maíz, zanahoria, tomate natural)	Day Trip Excursión	National Holidays	Lentejas a la jardinera
Courgette and potato soup	Pasta salad			Lentil stew
Fil. de ternera en salsa con patatitas las finas hierbas (12)	Sepia rebozada con ensalada de lechuga y maíz ((1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)			Tortilla francesa con queso (3,7)
Veal fillet in sauce with herby potatoes	Breaded cuttlefish and salad			Cheese Omelette
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy

Declaración de alérgenos



CAMPAMENTO HASTINGS SCHOOL BENDICION DE CAMPOS - Menú sin frutos secos, manzana, melón o melocotón - JULIO/JULY 2024

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: plátano, sandía, kiwi...NO DAR MELOCOTÓN, MELÓN O MANZANA.

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10)	Coliflor Orly (1,2,4,7,14)	Arroz 3 Delicias (2,3,6)	Day Trip Excursión	Judías verdes rehogadas
Pasta with home made tomato sauce	Orly cauliflower	Special fried rice		Sauteed green beans
Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Hamburguesa de ternera en salsa de tomate casera (1,6,7,12)	Fil. merluza al horno con patata gajo (4,12)		Ragout de pollo con patatas fritas
Spanish potato omelette & tomato salad	Veal burger & home made tomato sauce	Grilled hake fillet & fries		Chicken ragout with fries
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Postre lácteo/ Dairy
8	9	10	11	12
Crema de guisantes	Lentejas estofadas	Paella Vegetal	Puré de verduras	Day Trip Excursión
Pea soup	Lentil stew	Vegetable Paella	Creamy of vegetables soup	
Magro de cerdo con patata dado (12)	Empanada casera de atún claro al horno c/ensalada (1,3,4,5,6,7,8,10,11)	Fil. contramuslo empanado con ens. De tomate natural (1,3,6)	Tortilla francesa de fiambre de pavo con ensalada (3,6)	
Pork meat with diced potato	Homemade tuna pastries & green salad	Breaded chicken fillet & fresh tomato salad	Turkey omelette with salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	
15	16	17	18	19
Arroz blanco con salsa casera de tomate	Day Trip Excursión	Crema de Verduras	Guisantes salteados con jamón	Pasta con chorizo (1,3,6,10)
White rice with home made tomato sauce		Vegetable soup	Sauteed peas with ham	Pasta & "chorizo"
Flamenquines de Jamón y queso (1,3,6,7)		Albóndigas de ternera con champiñones y zanahorias baby (1,6,12)	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Merluza en salsa verde con jardinera (4)
Breaded Ham and cheese Rolls		Veal meatball with mushrooms and carrots	Potato omelette & fresh tomato salad	Hake in sauce & vegetables
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy
22	23	24	25	26
Crema de Calabacín	Ensalada de pasta (queso, york, tomate) (1,3,6,7,10)	Day Trip Excursión	National Holidays	Lentejas a la jardinera
Courgette and potato soup	Pasta salad			Lentil stew
Hamburguesa al horno con patatitas las finas hierbas (1,6,7,12)	Sepia rebozada con ensalada de lechuga y maíz ((1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)			Tortilla francesa con queso (3,7)
Baked Veal burger with herby potatoes	Breaded cuttlefish and salad			Cheese Omelette
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit			Postre lácteo/ Dairy

Declaración de alérgenos



CAMPAMENTO HASTINGS SCHOOL BENDICION DE CAMPOS - Menú sin gambas - JULIO/JULY 2024

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

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10)	Coliflor Orly (1,2,4,7,14)	Arroz 3 Delicias (3,6). Sin gambas	Day Trip Excursión	Judías verdes rehogadas
Pasta with home made tomato sauce	Orly cauliflower	Special fried rice		Sauteed green beans
Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Hamburguesa de ternera en salsa de tomate casera (1,6,7,12)	Fil. merluza al horno con patata gajo (4,12)		Ragout de pollo con patatas fritas
Spanish potato omelette & tomato salad	Veal burger & home made tomato sauce	Grilled hake fillet & fries		Chicken ragout with fries
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Postre lácteo/ Dairy
8	9	10	11	12
Crema de guisantes	Lentejas estofadas	Paella Vegetal	Puré de verduras	Day Trip Excursión
Pea soup	Lentil stew	Vegetable Paella	Creamy of vegetables soup	
Magro de cerdo con patata dado (12)	Filete de merluza al horno c/ensalada (4)	Fil. contramuslo empanado con ens. De tomate natural (1,3,6)	Tortilla francesa de fiambre de pavo con ensalada (3,6)	
Pork meat with diced potato	Grilled hake fillet with salad	Breaded chicken fillet & fresh tomato salad	Turkey omelette with salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	
15	16	17	18	19
Arroz blanco con salsa casera de tomate	Day Trip Excursión	Crema de Verduras	Guisantes salteados con jamón	Pasta con chorizo (1,3,6,10)
White rice with home made tomato sauce		Vegetable soup	Sauteed peas with ham	Pasta & "chorizo"
Flamenquines de Jamón y queso (1,3,6,7)		Albóndigas de ternera con champiñones y zanahorias baby (1,6,12)	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Merluza en salsa verde con jardinera (4)
Breaded Ham and cheese Rolls		Veal meatball with mushrooms and carrots	Potato omelette & fresh tomato salad	Hake in sauce & vegetables
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy
22	23	24	25	26
Crema de Calabacín	Ensalada de pasta (queso, york, tomate) (1,3,6,7,10)	Day Trip Excursión	National Holidays	Lentejas a la jardinera
Courgette and potato soup	Pasta salad			Lentil stew
Hamburguesa al horno con patatas las finas hierbas (1,6,7,12)	Fil. pescado sin rebozar con ensalada (4)			Tortilla francesa con queso (3,7)
Baked Veal burger with herby potatoes	Grilled hake fillet with salad			Cheese Omelette
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit			Postre lácteo/ Dairy

Declaración de alérgenos



CAMPAMENTO HASTINGS SCHOOL BENDICION DE CAMPOS - Menú sin gluten, lactosa ni pescado - JULIO/JULY 2024

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

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
Pasta sin alérgenos con tomate y verduras	Puré de verduras	Arroz 3 Delicias (3,6). Sin gambas	Day Trip Excursión	Judías verdes rehogadas
Pasta (allergen free) with home made tomato sauce	Creamy of vegetables soup	Special fried rice		Sauteed green beans
Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Filete de ternera en salsa de tomate casera	Contramuslo de pollo horno con patata gajo		Ragout de pollo con patatas fritas
Spanish potato omelette & tomato salad	Veal fillet & home made tomato sauce	Roasted chicken with potatoes		Chicken ragout with fries
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Lácteo de soja/ Soya dairy
8	9	10	11	12
Crema de guisantes	Lentejas estofadas	Paella Vegetal	Puré de verduras	Day Trip Excursión
Pea soup	Lentil stew	Vegetable Paella	Creamy of vegetables soup	
Magro de cerdo con patata dado (12)	Omelette de espinacas con ensalada (3)	Fil. contramuslo empanado con ens. De tomate natural (1,3,6)	Tortilla francesa de fiambre de pavo con ensalada (3,6)	
Pork meat with diced potato	Spinach omelette with salad	Breaded chicken fillet & fresh tomato salad	Turkey omelette with salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	
15	16	17	18	19
Arroz blanco con salsa casera de tomate	Day Trip Excursión	Crema de Verduras	Guisantes salteados con jamón	Pasta sin alérgenos con chorizo
White rice with home made tomato sauce		Vegetable soup	Sauteed peas with ham	Pasta (allergen free) with "chorizo"
Contramuslo de pollo con ensalada		Albóndigas de ternera con champiñones y zanahorias baby (1,6,12)	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Filete de pollo con jardinera
Chicken with salad		Veal meatball with mushrooms and carrots	Potato omelette & fresh tomato salad	Chicken fillet with vegetables
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Lácteo de soja/ Soya dairy
22	23	24	25	26
Crema de Calabacín	Ensalada de pasta (sin alérgenos) (maíz, zanahoria, tomate natural)	Day Trip Excursión	National Holidays	Lentejas a la jardinera
Courgette and potato soup	Pasta salad (allergen free)			Lentil stew
Fil. de ternera en salsa con patatitas las finas hierbas (12)	Filete de pollo con ensalada			Tortilla francesa con daditos de calabacín (3)
Veal fillet in sauce with herby potatoes	Chicken fillet with salad			Plain omelette with diced zucchini
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit			Lácteo de soja/ Soya dairy

Declaración de alérgenos



CAMPAMENTO HASTINGS SCHOOL BENDICION DE CAMPOS - Menú sin huevo - JULIO/JULY 2024

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

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
Pasta sin alérgenos con tomate y verduras	Coliflor Orly (1,2,4,7,14)	Arroz 3 Delicias (2,6). Sin huevo.	Day Trip Excursión	Judías verdes rehogadas
Pasta (allergen free) with home made tomato sauce	Orly cauliflower	Special fried rice		Sauteed green beans
Tortilla española con ens. De tomate y orégano (elaborada con harina de garbanzos)	Hamburguesa de ternera en salsa de tomate casera (1,6,7,12)	Fil. merluza al horno con patata gajo (4,12)		Ragout de pollo con patatas fritas
Spanish potato omelette (chickpeas flour) & tomato salad	Veal burger & home made tomato sauce	Grilled hake fillet & fries	Chicken ragout with fries	Postre lácteo/ Dairy
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		
8	9	10	11	12
Crema de guisantes	Lentejas estofadas	Paella Vegetal	Puré de verduras	Day Trip Excursión
Pea soup	Lentil stew	Vegetable Paella	Creamy of vegetables soup	
Magro de cerdo con patata dado (12)	Filete de merluza al horno c/ensalada (4)	Fil. contramuslo empanado con ens. De tomate natural (1,3,6)	Tortilla francesa (elaborada con harina de garbanzos) de pavo con ensalada	
Pork meat with diced potato	Grilled hake fillet with salad	Breaded chicken fillet & fresh tomato salad	Turkey omelette (with chickpeas flour) with salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	
15	16	17	18	19
Arroz blanco con salsa casera de tomate	Day Trip Excursión	Crema de Verduras	Guisantes salteados con jamón	Pasta con chorizo (1,3,6,10)
White rice with home made tomato sauce		Vegetable soup	Sauteed peas with ham	Pasta & "chorizo"
Contramuslo de pollo con ensalada		Albóndigas de ternera con champiñones y zanahorias baby (1,6,12)	Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) con ens. De tomate y orégano	Merluza en salsa verde con jardinera (4)
Chicken with salad	Veal meatball with mushrooms and carrots	Potato omelette (chickpeas flour) & fresh tomato salad	Hake in sauce & vegetables	
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy
22	23	24	25	26
Crema de Calabacín	Ensalada de pasta (sin alérgenos) (maíz, zanahoria, tomate natural)	Day Trip Excursión	National Holidays	Lentejas a la jardinera
Courgette and potato soup	Pasta salad (allergen free)			Lentil stew
Hamburguesa al horno con patatitas las finas hierbas (1,6,7,12)	Fil. pescado sin rebozar con ensalada (4)			Tortilla francesa (elaborada con harina de garbanzos) con daditos de calabacín
Baked Veal burger with herby potatoes	Grilled hake fillet with salad		Cheese Omelette	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Postre lácteo/ Dairy	

Declaración de alérgenos



CAMPAMENTO HASTINGS SCHOOL BENDICION DE CAMPOS - Menú sin huevo, marisco, nueces - JULIO/JULY 2024

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

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
Pasta sin alérgenos con tomate y verduras	Coliflor Orly (1,2,4,7,14)	Arroz 3 Delicias (maíz, zanahoria, guisantes)	Day Trip Excursión	Judías verdes rehogadas
Pasta (allergen free) with home made tomato sauce	Orly cauliflower	Special fried rice		Sauteed green beans
Tortilla española con ens. De tomate y orégano (elaborada con harina de garbanzos)	Hamburguesa de ternera en salsa de tomate casera (1,6,7,12)	Fil. merluza al horno con patata gajo (4,12)		Ragout de pollo con patatas fritas
Spanish potato omelette (chickpeas flour) & tomato salad	Veal burger & home made tomato sauce	Grilled hake fillet & fries	Chicken ragout with fries	Postre lácteo/ Dairy
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		
8	9	10	11	12
Crema de guisantes	Lentejas estofadas	Paella Vegetal	Puré de verduras	Day Trip Excursión
Pea soup	Lentil stew	Vegetable Paella	Creamy of vegetables soup	
Magro de cerdo con patata dado (12)	Filete de merluza al horno c/ensalada (4)	Fil. contramuslo empanado con ens. De tomate natural (1,3,6)	Tortilla francesa (elaborada con harina de garbanzos) de pavo con ensalada	
Pork meat with diced potato	Grilled hake fillet with salad	Breaded chicken fillet & fresh tomato salad	Turkey omelette (with chickpeas flour) with salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	
15	16	17	18	19
Arroz blanco con salsa casera de tomate	Day Trip Excursión	Crema de Verduras	Guisantes salteados con jamón	Pasta con chorizo (1,3,6,10)
White rice with home made tomato sauce		Vegetable soup	Sauteed peas with ham	Pasta & "chorizo"
Contramuslo de pollo con ensalada		Albóndigas de ternera con champiñones y zanahorias baby (1,6,12)	Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) con ens. De tomate y orégano	Merluza en salsa verde con jardinera (4)
Chicken with salad	Veal meatball with mushrooms and carrots	Potato omelette (chickpeas flour) & fresh tomato salad	Hake in sauce & vegetables	
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy
22	23	24	25	26
Crema de Calabacín	Ensalada de pasta (sin alérgenos) (maíz, zanahoria, tomate natural)	Day Trip Excursión	National Holidays	Lentejas a la jardinera
Courgette and potato soup	Pasta salad (allergen free)			Lentil stew
Hamburguesa al horno con patatas las finas hierbas (1,6,7,12)	Fil. pescado sin rebozar con ensalada (4)			Tortilla francesa (elaborada con harina de garbanzos) con daditos de calabacín
Baked Veal burger with herby potatoes	Grilled hake fillet with salad		Cheese Omelette	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Postre lácteo/ Dairy	

Declaración de alérgenos



CAMPAMENTO HASTINGS SCHOOL BENDICION DE CAMPOS - Menú sin kiwi - JULIO/JULY 2024

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

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10)	Coliflor Orly (1,2,4,7,14)	Arroz 3 Delicias (2,3,6)	Day Trip Excursión	Judías verdes rehogadas
Pasta with home made tomato sauce	Orly cauliflower	Special fried rice		Sauteed green beans
Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Hamburguesa de ternera en salsa de tomate casera (1,6,7,12)	Fil. merluza al horno con patata gajo (4,12)		Ragout de pollo con patatas fritas
Spanish potato omelette & tomato salad	Veal burger & home made tomato sauce	Grilled hake fillet & fries		Chicken ragout with fries
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy
8	9	10	11	12
Crema de guisantes	Lentejas estofadas	Paella Vegetal	Puré de verduras	Day Trip Excursión
Pea soup	Lentil stew	Vegetable Paella	Creamy of vegetables soup	
Magro de cerdo con patata dado (12)	Empanada casera de atún claro al horno c/ensalada (1,3,4,5,6,7,8,10,11)	Fil. contramuslo empanado con ens. De tomate natural (1,3,6)	Tortilla francesa de fiambre de pavo con ensalada (3,6)	
Pork meat with diced potato	Homemade tuna pastries & green salad	Breaded chicken fillet & fresh tomato salad	Turkey omelette with salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	
15	16	17	18	19
Arroz blanco con salsa casera de tomate	Day Trip Excursión	Crema de Verduras	Guisantes salteados con jamón	Pasta con chorizo (1,3,6,10)
White rice with home made tomato sauce		Vegetable soup	Sauteed peas with ham	Pasta & "chorizo"
Flamenquines de Jamón y queso (1,3,6,7)		Albóndigas de ternera con champiñones y zanahorias baby (1,6,12)	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Merluza en salsa verde con jardinera (4)
Breaded Ham and cheese Rolls		Veal meatball with mushrooms and carrots	Potato omelette & fresh tomato salad	Hake in sauce & 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
Crema de Calabacín	Ensalada de pasta (queso, york, tomate) (1,3,6,7,10)	Day Trip Excursión	National Holidays	Lentejas a la jardinera
Courgette and potato soup	Pasta salad			Lentil stew
Hamburguesa al horno con patatitas las finas hierbas (1,6,7,12)	Sepia rebozada con ensalada de lechuga y maíz ((1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)			Tortilla francesa con queso (3,7)
Baked Veal burger with herby potatoes	Breaded cuttlefish and salad			Cheese Omelette
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit			Postre lácteo/ Dairy

Declaración de alérgenos



CAMPAMENTO HASTINGS SCHOOL BENDICION DE CAMPOS - Menú sin lactosa - JULIO/JULY 2024

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

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10)	Puré de verduras	Arroz 3 Delicias (2,3,6)	Day Trip Excursión	Judías verdes rehogadas
Pasta with home made tomato sauce	Creamy of vegetables soup	Special fried rice		Sauteed green beans
Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Filete de ternera en salsa de tomate casera	Fil. merluza al horno con patata gajo (4,12)		Ragout de pollo con patatas fritas
Spanish potato omelette & tomato salad	Veal fillet & home made tomato sauce	Grilled hake fillet & fries		Chicken ragout with fries
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Lácteo de soja/ Soya dairy
8	9	10	11	12
Crema de guisantes	Lentejas estofadas	Paella Vegetal	Puré de verduras	Day Trip Excursión
Pea soup	Lentil stew	Vegetable Paella	Creamy of vegetables soup	
Magro de cerdo con patata dado (12)	Filete de merluza al horno c/ensalada (4)	Fil. contramuslo empanado con ens. De tomate natural (1,3,6)	Tortilla francesa de fiambre de pavo con ensalada (3,6)	
Pork meat with diced potato	Grilled hake fillet with salad	Breaded chicken fillet & fresh tomato salad	Turkey omelette with salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	
15	16	17	18	19
Arroz blanco con salsa casera de tomate	Day Trip Excursión	Crema de Verduras	Guisantes salteados con jamón	Pasta con chorizo (1,3,6,10)
White rice with home made tomato sauce		Vegetable soup	Sauteed peas with ham	Pasta & "chorizo"
Contramuslo de pollo con ensalada		Albóndigas de ternera con champiñones y zanahorias baby (1,6,12)	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Merluza en salsa verde con jardinera (4)
Chicken with salad		Veal meatball with mushrooms and carrots	Potato omelette & fresh tomato salad	Hake in sauce & vegetables
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Lácteo de soja/ Soya dairy
22	23	24	25	26
Crema de Calabacín	Ensalada de pasta (1,3,6,10) (maíz, zanahoria, tomate natural)	Day Trip Excursión	National Holidays	Lentejas a la jardinera
Courgette and potato soup	Pasta salad			Lentil stew
Fil. de ternera en salsa con patatitas las finas hierbas (12)	Fil. pescado sin rebozar con ensalada (4)			Tortilla francesa con daditos de calabacín (3)
Veal fillet in sauce with herby potatoes	Grilled hake fillet with salad			Plain omelette with diced zucchini
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit			Lácteo de soja/ Soya dairy

Declaración de alérgenos



CAMPAMENTO HASTINGS SCHOOL BENDICION DE CAMPOS - Menú sin lentejas - JULIO/JULY 2024

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

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10)	Coliflor Orly (1,2,4,7,14)	Arroz 3 Delicias (2,3,6)	Day Trip Excursión	Judías verdes rehogadas
Pasta with home made tomato sauce	Orly cauliflower	Special fried rice		Sauteed green beans
Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Hamburguesa de ternera en salsa de tomate casera (1,6,7,12)	Fil. merluza al horno con patata gajo (4,12)		Ragout de pollo con patatas fritas
Spanish potato omelette & tomato salad	Veal burger & home made tomato sauce	Grilled hake fillet & fries		Chicken ragout with fries
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Postre lácteo/ Dairy
8	9	10	11	12
Crema de guisantes	Sopa casera de fideos (1,3,6,10)	Paella Vegetal	Puré de verduras	Day Trip Excursión
Pea soup	Homemade poultry	Vegetable Paella	Creamy of vegetables soup	
Magro de cerdo con patata dado (12)	Empanada casera de atún claro al horno c/ensalada (1,3,4,5,6,7,8,10,11)	Fil. contramuslo empanado con ens. De tomate natural (1,3,6)	Tortilla francesa de fiambre de pavo con ensalada (3,6)	
Pork meat with diced potato	Homemade tuna pastries & green salad	Breaded chicken fillet & fresh tomato salad	Turkey omelette with salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	
15	16	17	18	19
Arroz blanco con salsa casera de tomate	Day Trip Excursión	Crema de Verduras	Guisantes salteados con jamón	Pasta con chorizo (1,3,6,10)
White rice with home made tomato sauce		Vegetable soup	Sauteed peas with ham	Pasta & "chorizo"
Flamenquines de Jamón y queso (1,3,6,7)		Albóndigas de ternera con champiñones y zanahorias baby (1,6,12)	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Merluza en salsa verde con jardinera (4)
Breaded Ham and cheese Rolls		Veal meatball with mushrooms and carrots	Potato omelette & fresh tomato salad	Hake in sauce & vegetables
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy
22	23	24	25	26
Crema de Calabacín	Ensalada de pasta (queso, york, tomate) (1,3,6,7,10)	Day Trip Excursión	National Holidays	Puré de verduras (12)
Courgette and potato soup	Pasta salad			Creamy of vegetables soup
Hamburguesa al horno con patatitas las finas hierbas (1,6,7,12)	Sepia rebozada con ensalada de lechuga y maíz ((1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)			Tortilla francesa con queso (3,7)
Baked Veal burger with herby potatoes	Breaded cuttlefish and salad			Cheese Omelette
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit			Postre lácteo/ Dairy

Declaración de alérgenos



CAMPAMENTO HASTINGS SCHOOL BENDICION DE CAMPOS - Menú sin mango ni nueces - JULIO/JULY 2024

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

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10)	Coliflor Orly (1,2,4,7,14)	Arroz 3 Delicias (2,3,6)	Day Trip Excursión	Judías verdes rehogadas
Pasta with home made tomato sauce	Orly cauliflower	Special fried rice		Sauteed green beans
Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Hamburguesa de ternera en salsa de tomate casera (1,6,7,12)	Fil. merluza al horno con patata gajo (4,12)		Ragout de pollo con patatas fritas
Spanish potato omelette & tomato salad	Veal burger & home made tomato sauce	Grilled hake fillet & fries		Chicken ragout with fries
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Postre lácteo/ Dairy
8	9	10	11	12
Crema de guisantes	Lentejas estofadas	Paella Vegetal	Puré de verduras	Day Trip Excursión
Pea soup	Lentil stew	Vegetable Paella	Creamy of vegetables soup	
Magro de cerdo con patata dado (12)	Empanada casera de atún claro al horno c/ensalada (1,3,4,5,6,7,8,10,11)	Fil. contramuslo empanado con ens. De tomate natural (1,3,6)	Tortilla francesa de fiambre de pavo con ensalada (3,6)	
Pork meat with diced potato	Homemade tuna pastries & green salad	Breaded chicken fillet & fresh tomato salad	Turkey omelette with salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	
15	16	17	18	19
Arroz blanco con salsa casera de tomate	Day Trip Excursión	Crema de Verduras	Guisantes salteados con jamón	Pasta con chorizo (1,3,6,10)
White rice with home made tomato sauce		Vegetable soup	Sauteed peas with ham	Pasta & "chorizo"
Flamenquines de Jamón y queso (1,3,6,7)		Albóndigas de ternera con champiñones y zanahorias baby (1,6,12)	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Merluza en salsa verde con jardinera (4)
Breaded Ham and cheese Rolls		Veal meatball with mushrooms and carrots	Potato omelette & fresh tomato salad	Hake in sauce & vegetables
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy
22	23	24	25	26
Crema de Calabacín	Ensalada de pasta (queso, york, tomate) (1,3,6,7,10)	Day Trip Excursión	National Holidays	Lentejas a la jardinera
Courgette and potato soup	Pasta salad			Lentil stew
Hamburguesa al horno con patatitas las finas hierbas (1,6,7,12)	Sepia rebozada con ensalada de lechuga y maíz ((1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)			Tortilla francesa con queso (3,7)
Baked Veal burger with herby potatoes	Breaded cuttlefish and salad			Cheese Omelette
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit			Postre lácteo/ Dairy

Declaración de alérgenos



CAMPAMENTO HASTINGS SCHOOL BENDICION DE CAMPOS - Menú sin marisco - JULIO/JULY 2024

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

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10)	Coliflor Orly (1,2,4,7,14)	Arroz 3 Delicias (3,6). Sin gambas	Day Trip Excursión	Judías verdes rehogadas
Pasta with home made tomato sauce	Orly cauliflower	Special fried rice		Sauteed green beans
Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Hamburguesa de ternera en salsa de tomate casera (1,6,7,12)	Fil. merluza al horno con patata gajo (4,12)		Ragout de pollo con patatas fritas
Spanish potato omelette & tomato salad	Veal burger & home made tomato sauce	Grilled hake fillet & fries	Chicken ragout with fries	Postre lácteo/ Dairy
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		
8	9	10	11	12
Crema de guisantes	Lentejas estofadas	Paella Vegetal	Puré de verduras	Day Trip Excursión
Pea soup	Lentil stew	Vegetable Paella	Creamy of vegetables soup	
Magro de cerdo con patata dado (12)	Filete de merluza al horno c/ensalada (4)	Fil. contramuslo empanado con ens. De tomate natural (1,3,6)	Tortilla francesa de fiambre de pavo con ensalada (3,6)	
Pork meat with diced potato	Grilled hake fillet with salad	Breaded chicken fillet & fresh tomato salad	Turkey omelette with salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	
15	16	17	18	19
Arroz blanco con salsa casera de tomate	Day Trip Excursión	Crema de Verduras	Guisantes salteados con jamón	Pasta con chorizo (1,3,6,10)
White rice with home made tomato sauce		Vegetable soup	Sauteed peas with ham	Pasta & "chorizo"
Flamenquines de Jamón y queso (1,3,6,7)		Albóndigas de ternera con champiñones y zanahorias baby (1,6,12)	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Merluza en salsa verde con jardinera (4)
Breaded Ham and cheese Rolls	Veal meatball with mushrooms and carrots	Potato omelette & fresh tomato salad	Hake in sauce & vegetables	
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy
22	23	24	25	26
Crema de Calabacín	Ensalada de pasta (queso, york, tomate) (1,3,6,7,10)	Day Trip Excursión	National Holidays	Lentejas a la jardinera
Courgette and potato soup	Pasta salad			Lentil stew
Hamburguesa al horno con patatitas las finas hierbas (1,6,7,12)	Fil. pescado sin rebozar con ensalada (4)			Tortilla francesa con queso (3,7)
Baked Veal burger with herby potatoes	Grilled hake fillet with salad	Cheese Omelette		
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Postre lácteo/ Dairy	

Declaración de alérgenos



CAMPAMENTO HASTINGS SCHOOL BENDICION DE CAMPOS - Menú vegetariano - JULIO/JULY 2024

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

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10)	Coliflor Orly (1,2,4,7,14)	Arroz 3 Delicias (maíz, zanahoria, guisantes)	Day Trip Excursión	Judías verdes rehogadas
Pasta with home made tomato sauce	Orly cauliflower	Special fried rice		Sauteed green beans
Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Hamburguesa vegetal en salsa de tomate casera (1,6,9)	Fingers de tofu con patata gaïo (1,6)		Tortilla francesa con patatas fritas (3)
Spanish potato omelette & tomato salad	Veggie burger & home made tomato sauce	Tofu fingers & fries		Plain omelette with fries
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Postre lácteo/ Dairy
8	9	10	11	12
Crema de guisantes	Lentejas estofadas	Paella Vegetal	Puré de verduras	Day Trip Excursión
Pea soup	Lentil stew	Vegetable Paella	Creamy of vegetables soup	
Albóndigas vegetales con patata dado (1,6,12)	Empanada casera de vegetales al horno c/ensalada (1,3,4,5,6,7,8,10,11)	Pakoros de verduras con ensalada	Tortilla francesa con ensalada (3)	
Veggie meatballs with diced potato	Homemade vegetables pastries & green salad	Vegetables pakoras with salad	Plain omelette with salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	
15	16	17	18	19
Arroz blanco con salsa casera de tomate	Day Trip Excursión	Crema de Verduras	Guisantes salteados con jamón	Pasta con chorizo (1,3,6,10)
White rice with home made tomato sauce		Vegetable soup	Sauteed peas with ham	Pasta & "chorizo"
Omelette de espinacas con ensalada (3)		Albóndigas vegetales con champiñones y zanahorias baby (1,6,12)	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Merluza en salsa verde con jardinera (4)
Spinach omelette with salad		Veggie meatball with mushrooms and carrots	Potato omelette & fresh tomato salad	Hake in sauce & vegetables
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre lácteo/ Dairy
22	23	24	25	26
Crema de Calabacín	Ensalada de pasta (1,3,6,10) (maíz, zanahoria, tomate natural)	Day Trip Excursión	National Holidays	Lentejas a la jardinera
Courgette and potato soup	Pasta salad			Lentil stew
Tomate relleno de vegetales y arroz	Pakoros de verduras con ensalada			Tortilla francesa con daditos de calabacín (3)
Stuffed tomato (vegetables and rice)	Vegetables pakoras with salad			Plain omelette with diced zucchini
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit			Postre lácteo/ Dairy

Declaración de alérgenos

