

LUNES / MONDAY					MARTES / TUESDAY					MIÉRCOLES / WEDNESDAY					JUEVES / THURSDAY					VIERNES / FRIDAY							
2					3					4 - SUSTAINABLE DAY					5 - Student favourites!					6 - ORIENTAL FRIDAY							
Arroz Milanesa (6,7)					Crema de guisantes					Judías blancas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)					Puré de calabacín y puerros con picatostes al horno (1,12)					Tallarines 3 Delicias (cebolla, pimiento, zanahoria) (1,3,6,10)							
Milanesa style rice					Creamy of peas soup					Organic beans soup & vegetables					Courgettes and leek purée with oven-baked croutons					Chinese style noodles							
Salmón al horno con parrillada de verduras (berenjena, calabacín, pimiento, tomate, cebolla) (4)					Ragout de pavo en salsa de manzana c/pasta integral salteada (1,3,6,10)					Tortilla española de patatas con tomate grillé (asado) (3,12)					Hamburguesa de Ternera a la Jardinera con patatas dado (6,10,11,12)					Pescado salteado al estilo kung Pao (no f.secos) c/verduras salteadas (pimiento, cebolla, tomate) (4)							
Grilled salmon & Mediterranean grilled veggies					Turkey ragout in apple sauce with whole grain pasta					Potato omelette served with roasted tomatoes (3,12)					Beef burger with vegetables and diced potatoes					Kung Pao style fish & sautéed veggies (pepper, onion, tomato)							
Fruta de temporada / Seasonal fruit					Fruta de temporada / Seasonal fruit					Fruta de temporada / Seasonal fruit					Fruta de temporada / Seasonal fruit					Yogur natural S/A (7) / Yogurts							
9					10					11					12					13 - MOROCCAN FRIDAY							
Judías verdes con tomate (elaboración casera)					Arroz caldoso con verduras					Coliflor Orly casera (con harina de maíz)					Sopa de cocido (1,3,6,10)					Cous cous con verduritas (1,6,10)							
Green beans and homemade tomato sauce					Rice in broth & vegetables					Homemade cauliflower orly					"Cocido" soup					Vegetable couscous							
Ternera guisada con champiñones y patatitas a las finas hierbas (12)					Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)					Magro de cerdo guisado con puré de patata casero (7,12)					Complemento del cocido (garbanzos ecológicos) (12)					Tortilla de patata y cebolla con berenjena asada con tomate y queso (3,7,12)							
Stewed veal & mushrooms served with herby potatoes					Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)					Pork meat stew served with mashed potato					Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots					Potato and onion omelette with roasted aubergines topped with tomato and melted cheese							
Fruta de temporada / Seasonal fruit					Fruta de temporada / Seasonal fruit					Fruta de temporada / Seasonal fruit					Fruta de temporada / Seasonal fruit					Yogur natural S/A (7) / Yogurts							
16					17					18					19					20							
SCHOOL HOLIDAYS					SCHOOL HOLIDAYS					SCHOOL HOLIDAYS					SCHOOL HOLIDAYS					SCHOOL HOLIDAYS							
kcal		Líp		Prot		HdC	kcal		Líp		Prot		HdC	kcal		Líp		Prot		HdC	kcal		Líp		Prot		HdC
23					24 Parent Lunch suggestions					25					26					27 - MEXICAN FRIDAY							
Crema de calabaza y zanahoria					Pasta integral con salsa boloñesa vegetal (1,3,6,10)					Guiso de patatas con vegetales y pescado (4,12)					Lentejas ecológicas estofadas con verduras					Sopa de vegetales y maíz (1,3,6,10)							
Pumpkin and carrot soup					Wholemeal pasta with Bolognese (plant based) sauce					Potato and fish casserole (12)					Organic lentils soup					Vegetables & sweetcorn soup							
Albóndigas de ternera con verduritas y patatas al horno (6,7,9,10,12)					Pollo asado al limón con ensalada verde					Huevos revueltos con york con ens. De tomate, lechuga y zanahoria rallada (3,6)					Empanada casera de atún claro, cebolla, pimientosm tomate (1,3,4,5,6,7,8,11) c/ens					Fil. De merluza a la andaluza (elab. Casera) con ens. "Pico de Gallo" (1,4,6,10)							
Veal meatballs with vegetables & roasted potato					Lemon roast chicken with green salad					Scrambled egg with ham and salad (fresh tomato, lettuce and shredded carrot)					Homemade tuna pie and mixed salad					Breaded fish fillet with "Pico de Gallo"							
Fruta de temporada / Seasonal fruit					Fruta de temporada / Seasonal fruit					Fruta de temporada / Seasonal fruit					Fruta de temporada / Seasonal fruit					Yogur natural S/A (7) / Yogurts							

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