

Menú sin carne roja - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.
Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
5	6	7 - Sustainable day	1	2 - GERMAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)	Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)	Pasta integral salteada al aggio e olio (1,3,6,10)	Guiso de patatas con vegetales (12)
Brown rice with homemade tomato sauce	Potato stew with vegetables	"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)	Aggio e olio pasta (whole grain pasta)	Potato and vegetable soup
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)	Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)	Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)	Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
Scrambled eggs with cheese & salad	Herby hake fillet with vegetables	Organic chick-peas & vegetables stew	Grilled salmon and tarragon with salad	Chicken Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
12	13	14	8	9 - ITALIAN FRIDAY
OFFICIAL HOLIDAYS	Crema de puerros (12)	Judías verdes con tomate (salsa casera)	Guisantes rehogados con cebolla y ajitos	Crema de berenjena al queso (7)
	Creamy of leeks soup	Green beans & homemade tomato sauce	Sautéed peas	Creamy of aubergine soup and cheese
	Albóndigas vegetales con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)	Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)	Filete de pollo con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)
	Vegetarian hamburger with carrots & rice	Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad	Chicken fillet with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
19	20	21	15	16 - INDIAN FRIDAY
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de verduras (12)	Sopa casera de verduras con fideos (1,3,6,10)	Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Organic Lentils soup & vegetables	Creamy of vegetables soup	Vegetable soup	Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)	Empanada casera de pisto al horno (tomate, calabacín, pimiento rojo, verde, cebolla) con ens. Lechuga y maíz (1,3,5,6,7,8,10,11)	Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano	Complemento del cocido sin carne (garbanzos ecológicos, zanahoria, puerro, patata)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)	Homemade "pisto" pastry and salad	Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato	Chick-peas stewed with potatoes and carrots (NO MEAT)	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
26	27	28	22	23 - FRANCE FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Brócoli rehogado con ajitos	Puré de calabaza y zanahoria (12)	Espaguetis integrales salteados al ajo y orégano (1,3,6,10)	Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)
Brown rice with homemade tomato sauce	Sautéed broccoli and garlic	Creamy of pumpkin and carrot soup	Wholewheat spaghetti sautéed with garlic and oregano	Cassoulet (organic beans soup)
Filete de pollo con ens. De zanahoria rallada y maíz	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)	Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)	Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)
Chicken fillet with salad (shredded carrot and sweet corn)	Beans soup & vegetables	Breaded hake fillet and mixed salad	Grilled salmon fillet	French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
26	27	28	29	30 - MEDITERRANEAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Brócoli rehogado con ajitos	Puré de calabaza y zanahoria (12)	Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)
Brown rice with homemade tomato sauce	Sautéed broccoli and garlic	Creamy of pumpkin and carrot soup	Organic chick-peas & vegetables stew	Minestrone soup
Filete de pollo con ens. De zanahoria rallada y maíz	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)	Omelette de calabacín c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)	Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)
Chicken fillet with salad (shredded carrot and sweet corn)	Beans soup & vegetables	Breaded hake fillet and mixed salad	Zucchini omelette and mediterranean salad	Chicken "Napolitana" & "Panzanella" salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert

Menú sin carne ni pescado - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY				MARTES / TUESDAY				MIÉRCOLES / WEDNESDAY				JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY	
5				6				7 - Sustainable day				1		2 - GERMAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimienta verde y rojo, cebolla)				Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)				Pasta integral salteada al aglio e olio (1,3,6,10)		Guiso de patatas con vegetales (12)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Potato stew with vegetables				"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)				Aglio e olio pasta (whole grain pasta)		Potato and vegetable soup	
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)				Falafel con pisto (1,9,10)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimienta verde, cebolla)				Nuggets vegetales con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (1,6)		Hamburguesa vegetal con ensalada (1,3,7,9)	
Scrambled eggs with cheese & salad				Falafel with vegetables				Organic chick-peas & vegetables stew				Plant-based nuggets with salad		Plant based burger & salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
12				13				14				8		9 - ITALIAN FRIDAY	
OFFICIAL HOLIDAYS				Crema de puerros (12)				Judías verdes con tomate (salsa casera)				Guisantes rehogados con cebolla y ajitos		Crema de berenjena al queso (7)	
				Creamy of leeks soup				Green beans & homemade tomato sauce				Sautéed peas		Creamy of aubergine soup and cheese	
				Albóndigas vegetales con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)				Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)				Patatas rellenas de champiñones y vegetales		Lasaña de boloñesa vegetal (soja) y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)	
				Vegetarian burger with carrots & rice				Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad				Stuffed potatoes (vegetables, mushrooms)		Vegetarian Lasagna & salad	
				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
19				20				21				15		16 - INDIAN FRIDAY	
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimienta verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)				Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)				Puré de verduras (12)				Sopa casera de verduras con fideos (1,3,6,10)		Arroz con verduras condimentado con especias	
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)				Organic Lentils soup & vegetables				Creamy of vegetables soup				Vegetable soup		Rice seasoned	
Salchichas vegetales con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,6,10)				Empanada casera de pisto al horno (tomate, calabacín, pimienta roja, verde, cebolla) con ens. Lechuga y maíz (1,3,5,6,7,8,10,11)				Fajitas de tofu con pimientos y guarnición de picadillo de tomate aliñado (1)				Complemento del cocido sin carne (garbanzos, ecológicos, zanahoria, puerro, patata)		Curry suave de tofu con tomate asado (7)	
Plant based sausages & salad (lettuce, maize, carrot)				Homemade "pisto" pastry and salad				Tofu "fajita" with chopped tomato				Chick-peas stewed with potatoes and carrots (NO MEAT)		Curry tofu & roasted tomato	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
26				27				28				22		23 - FRANCE FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Espaguetis integrales salteados al ajo y orégano (1,3,6,10)		Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Wholewheat spaghetti sautéed with garlic and oregano		Cassoulet (organic beans soup)	
Tortilla de champiñones con ens. De zanahoria rallada y maíz (3)				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fingers vegetales c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla)				Wok de boloñesa de soja texturizada y tricolor de vegetales (6)		Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)	
Mushrooms omelette w/salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Vegetarian fingers and mixed salad				Vegetarian wok (soya protein) and vegetables		French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
26				27				28				29		30 - MEDITERRANEAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimienta verde, cebolla)		Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Organic chick-peas & vegetables stew		Minestrone soup	
Tortilla de champiñones con ens. De zanahoria rallada y maíz (3)				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fingers vegetales c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla)				Omelette de calabacín c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		"Pollo" vegano a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,6,10)	
Mushrooms omelette w/salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Vegetarian fingers and mixed salad				Zucchini omelette and mediterranean salad		Plant based "chicken" "Napolitana" & "Panzanella" salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	

Menú sin carne de cerdo - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY				MARTES / TUESDAY				MIÉRCOLES / WEDNESDAY				JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY	
5				6				7 - Sustainable day				1		2 - GERMAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimienta verde y rojo, cebolla)				Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)				Pasta integral salteada al aglio e olio (1,3,6,10)		Guiso de patatas con vegetales (12)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Potato stew with vegetables				"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)				Aglio e olio pasta (whole grain pasta)		Potato and vegetable soup	
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)				Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimienta verde, cebolla)				Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)		Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)	
Scrambled eggs with cheese & salad				Herby hake fillet with vegetables				Organic chick-peas & vegetables stew				Grilled salmon and tarragon with salad		Chicken Schnitzel & salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
12				13				14				8		9 - ITALIAN FRIDAY	
OFFICIAL HOLIDAYS				Crema de puerros (12)				Judías verdes con tomate (salsa casera)				Sopa casera de verduras con fideos (1,3,6,10)		Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)	
				Creamy of leeks soup				Green beans & homemade tomato sauce				Vegetable soup		Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)	
				Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)				Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)				Filete de pollo con champiñones y patatas asadas (12)		Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)	
				Veal meatballs with carrots and brown rice				Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad				Chicken fillet with mushrooms and diced potatoes		Tuna Lasagna & salad	
				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
19				20				21				15		16 - INDIAN FRIDAY	
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimienta verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)				Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)				Puré de verduras (12)				Espaguetis integrales salteados al ajo y orégano (1,3,6,10)		Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)	
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)				Organic Lentils soup & vegetables				Creamy of vegetables soup				Wholewheat spaghetti sautéed with garlic and oregano		Cassoulet (organic beans soup)	
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)				Empanada casera de pisto al horno (tomate, calabacín, pimienta roja, verde, cebolla) con ens. Lechuga y maíz (1,3,5,6,7,8,10,11)				Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano				Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)		Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)	
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)				Homemade "pisto" pastry and salad				Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato				Grilled salmon fillet		French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
26				27				28				22		23 - FRANCE FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimienta verde, cebolla)		Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Organic chick-peas & vegetables stew		Minestrone soup	
Filete de pollo con ens. De zanahoria rallada y maíz				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)				Omelette de calabacín c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)	
Chicken fillet with salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Breaded hake fillet and mixed salad				Zucchini omelette and mediterranean salad		Chicken "Napolitana" & "Panzanella" salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	

Menú sin carne de cerdo ni frutos secos - OCTOBER 2026



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	Altramuzes	Moluscos

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY				MARTES / TUESDAY				MIÉRCOLES / WEDNESDAY				JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY	
5				6				7 - Sustainable day				1		2 - GERMAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)				Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)				Pasta integral salteada al aglio e olio (1,3,6,10)		Guiso de patatas con vegetales (12)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Potato stew with vegetables				"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)				Aglio e olio pasta (whole grain pasta)		Potato and vegetable soup	
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)				Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)				Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)		Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)	
Scrambled eggs with cheese & salad				Herby hake fillet with vegetables				Organic chick-peas & vegetables stew				Grilled salmon and tarragon with salad		Chicken Schnitzel & salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
12				13				14				8		9 - ITALIAN FRIDAY	
OFFICIAL HOLIDAYS				Crema de puerros (12)				Judías verdes con tomate (salsa casera)				Sopa casera de verduras con fideos (1,3,6,10)		Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)	
				Creamy of leeks soup				Green beans & homemade tomato sauce				Vegetable soup		Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)	
				Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)				Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)				Filete de pollo con champiñones y patatas asadas (12)		Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)	
				Veal meatballs with carrots and brown rice				Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad				Chicken fillet with mushrooms and diced potatoes		Tuna Lasagna & salad	
				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
19				20				21				15		16 - INDIAN FRIDAY	
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)				Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)				Puré de verduras (12)				Espaguetis integrales salteados al ajo y orégano (1,3,6,10)		Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)	
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)				Organic Lentils soup & vegetables				Creamy of vegetables soup				Wholewheat spaghetti sautéed with garlic and oregano		Cassoulet (organic beans soup)	
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)				Pakorras vegetarianas caseras con ensalada				Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano				Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)		Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)	
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)				Homemade "pisto" pastry and salad				Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato				Grilled salmon fillet		French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
26				27				28				22		23 - FRANCE FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)		Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Organic chick-peas & vegetables stew		Minestrone soup	
Filete de pollo con ens. De zanahoria rallada y maíz				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)				Omelette de calabacín c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)	
Chicken fillet with salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Breaded hake fillet and mixed salad				Zucchini omelette and mediterranean salad		Chicken "Napolitana" & "Panzanella" salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	

Menú sin carne de cerdo, frutos secos ni ternera - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY				MARTES / TUESDAY				MIÉRCOLES / WEDNESDAY				JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY	
5				6				7 - Sustainable day				1		2 - GERMAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)				Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)				Pasta integral salteada al aggio e olio (1,3,6,10)		Guiso de patatas con vegetales (12)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Potato stew with vegetables				"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)				Aggio e olio pasta (whole grain pasta)		Potato and vegetable soup	
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)				Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)				Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)		Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)	
Scrambled eggs with cheese & salad				Herby hake fillet with vegetables				Organic chick-peas & vegetables stew				Grilled salmon and tarragon with salad		Chicken Schnitzel & salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
12				13				14				8		9 - ITALIAN FRIDAY	
OFFICIAL HOLIDAYS				Crema de puerros (12)				Judías verdes con tomate (salsa casera)				Sopa casera de verduras con fideos (1,3,6,10)		Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)	
				Creamy of leeks soup				Green beans & homemade tomato sauce				Vegetable soup		Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)	
				Albóndigas vegetales con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)				Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)				Filete de pollo con champiñones y patatas asadas (12)		Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)	
				Vegetarian hamburger with carrots & rice				Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad				Chicken fillet with mushrooms and diced potatoes		Tuna Lasagna & salad	
				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
19				20				21				15		16 - INDIAN FRIDAY	
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)				Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)				Puré de verduras (12)				Espaguetis integrales salteados al ajo y orégano (1,3,6,10)		Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)	
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)				Organic Lentils soup & vegetables				Creamy of vegetables soup				Wholewheat spaghetti sautéed with garlic and oregano		Cassoulet (organic beans soup)	
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)				Pakoras vegetarianas caseras con ensalada				Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano				Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)		Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)	
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)				Homemade "pisto" pastry and salad				Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato				Grilled salmon fillet		French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
26				27				28				22		23 - FRANCE FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)		Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Organic chick-peas & vegetables stew		Minestrone soup	
Filete de pollo con ens. De zanahoria rallada y maíz				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)				Omelette de calabacín c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)	
Chicken fillet with salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Breaded hake fillet and mixed salad				Zucchini omelette and mediterranean salad		Chicken "Napolitana" & "Panzanella" salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	

Menú sin carne de cerdo, manzana ni pera - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY				MARTES / TUESDAY				MIÉRCOLES / WEDNESDAY				JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY	
5				6				7 - Sustainable day				1		2 - GERMAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimienta verde y rojo, cebolla)				Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)				Pasta integral salteada al aglio e olio (1,3,6,10)		Guiso de patatas con vegetales (12)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Potato stew with vegetables				"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)				Aglio e olio pasta (whole grain pasta)		Potato and vegetable soup	
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)				Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimienta verde, cebolla)				Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)		Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)	
Scrambled eggs with cheese & salad				Herby hake fillet with vegetables				Organic chick-peas & vegetables stew				Grilled salmon and tarragon with salad		Chicken Schnitzel & salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
12				13				14				8		9 - ITALIAN FRIDAY	
OFFICIAL HOLIDAYS				Crema de puerros (12)				Judías verdes con tomate (salsa casera)				Sautéed peas		Crema de berenjena al queso (7)	
				Creamy of leeks soup				Green beans & homemade tomato sauce				Filete de pollo con champiñones y patatas asadas (12)		Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)	
				Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)				Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)				Chicken fillet with mushrooms and diced potatoes		Tuna Lasagna & salad	
				Veal meatballs with carrots and brown rice				Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Kedgerie Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)	
19				20				21				15		16 - INDIAN FRIDAY	
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimienta verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)				Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)				Puré de verduras (12)				Sopa casera de verduras con fideos (1,3,6,10)		Kedgerie Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)	
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)				Organic Lentils soup & vegetables				Creamy of vegetables soup				Vegetable soup		Kedgerie (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)	
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)				Empanada casera de pisto al horno (tomate, calabacín, pimienta roja, verde, cebolla) con ens. Lechuga y maíz (1,3,5,6,7,8,10,11)				Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano				Complemento del cocido sin carne (garbanzos ecológicos, zanahoria, puerro, patata)		Curry suave de pollo con tomate asado (7)	
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)				Homemade "pisto" pastry and salad				Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato				Chick-peas stewed with potatoes and carrots (NO MEAT)		Curry chicken & roasted tomato	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
26				27				28				22		23 - FRANCE FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Espaguetis integrales salteados al ajo y orégano (1,3,6,10)		Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Wholewheat spaghetti sautéed with garlic and oregano		Cassoulet (organic beans soup)	
Filete de pollo con ens. De zanahoria rallada y maíz				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)				Omelette de calabacín c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)	
Chicken fillet with salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Breaded hake fillet and mixed salad				Zucchini omelette and mediterranean salad		Chicken "Napolitana" & "Panzanella" salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	

Menú sin carne de cerdo ni marisco - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY				MARTES / TUESDAY				MIÉRCOLES / WEDNESDAY				JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY	
5				6				7 - Sustainable day				1		2 - GERMAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)				Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)				Pasta integral salteada al aggio e olio (1,3,6,10)		Guiso de patatas con vegetales (12)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Potato stew with vegetables				"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)				Aggio e olio pasta (whole grain pasta)		Potato and vegetable soup	
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)				Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)				Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)		Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)	
Scrambled eggs with cheese & salad				Herby hake fillet with vegetables				Organic chick-peas & vegetables stew				Grilled salmon and tarragon with salad		Chicken Schnitzel & salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
12				13				14				8		9 - ITALIAN FRIDAY	
OFFICIAL HOLIDAYS				Crema de puerros (12)				Judías verdes con tomate (salsa casera)				Sopa casera de verduras con fideos (1,3,6,10)		Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)	
				Creamy of leeks soup				Green beans & homemade tomato sauce				Vegetable soup		Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)	
				Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)				Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)				Filete de pollo con champiñones y patatas asadas (12)		Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)	
				Veal meatballs with carrots and brown rice				Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad				Chicken fillet with mushrooms and diced potatoes		Tuna Lasagna & salad	
				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
19				20				21				15		16 - INDIAN FRIDAY	
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)				Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)				Puré de verduras (12)				Espaguetis integrales salteados al ajo y orégano (1,3,6,10)		Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)	
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)				Organic Lentils soup & vegetables				Creamy of vegetables soup				Wholewheat spaghetti sautéed with garlic and oregano		Cassoulet (organic beans soup)	
Huevos revueltos con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (3)				Empanada casera de pisto al horno (tomate, calabacín, pimiento rojo, verde, cebolla) con ens. Lechuga y maíz (1,3,5,6,7,8,10,11)				Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano				Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)		Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)	
Scrambled eggs & salad (lettuce, maize, carrot)				Homemade "pisto" pastry and salad				Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato				Grilled salmon fillet		French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
26				27				28				22		23 - FRANCE FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)		Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Organic chick-peas & vegetables stew		Minestrone soup	
Filete de pollo con ens. De zanahoria rallada y maíz				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)				Omelette de calabacín c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)	
Chicken fillet with salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Breaded hake fillet and mixed salad				Zucchini omelette and mediterranean salad		Chicken "Napolitana" & "Panzanella" salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	

Menú sin carne de cerdo ni ternera - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY				MARTES / TUESDAY				MIÉRCOLES / WEDNESDAY				JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY	
5				6				7 - Sustainable day				1		2 - GERMAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)				Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)				Pasta integral salteada al aggio e olio (1,3,6,10)		Guiso de patatas con vegetales (12)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Potato stew with vegetables				"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)				Aggio e olio pasta (whole grain pasta)		Potato and vegetable soup	
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)				Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)				Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)		Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)	
Scrambled eggs with cheese & salad				Herby hake fillet with vegetables				Organic chick-peas & vegetables stew				Grilled salmon and tarragon with salad		Chicken Schnitzel & salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
12				13				14				8		9 - ITALIAN FRIDAY	
OFFICIAL HOLIDAYS				Crema de puerros (12)				Judías verdes con tomate (salsa casera)				Sopa casera de verduras con fideos (1,3,6,10)		Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)	
				Creamy of leeks soup				Green beans & homemade tomato sauce				Vegetable soup		Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)	
				Albóndigas vegetales con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)				Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)				Filete de pollo con champiñones y patatas asadas (12)		Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)	
				Vegetarian hamburger with carrots & rice				Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad				Chicken fillet with mushrooms and diced potatoes		Tuna Lasagna & salad	
				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
19				20				21				15		16 - INDIAN FRIDAY	
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)				Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)				Puré de verduras (12)				Espaguetis integrales salteados al ajo y orégano (1,3,6,10)		Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)	
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)				Organic Lentils soup & vegetables				Creamy of vegetables soup				Wholewheat spaghetti sautéed with garlic and oregano		Cassoulet (organic beans soup)	
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)				Empanada casera de pisto al horno (tomate, calabacín, pimiento rojo, verde, cebolla) con ens. Lechuga y maíz (1,3,5,6,7,8,10,11)				Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano				Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)		Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)	
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)				Homemade "pisto" pastry and salad				Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato				Grilled salmon fillet		French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
26				27				28				22		23 - FRANCE FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)		Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Organic chick-peas & vegetables stew		Minestrone soup	
Filete de pollo con ens. De zanahoria rallada y maíz				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)				Omelette de calabacín c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)	
Chicken fillet with salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Breaded hake fillet and mixed salad				Zucchini omelette and mediterranean salad		Chicken "Napolitana" & "Panzanella" salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	

Menú sin carne de cerdo ni verduras crucíferas (coliflor, brócoli, repollo, coles de Bruselas,) - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY		MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY		JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY	
5		6		7 - Sustainable day		8		9 - ITALIAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate		Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)		Rehogado de verduras tiernas (no coliflor, no brócoli)		Guisantes rehogados con cebolla y ajitos		Crema de berenjena al queso (7)	
Brown rice with homemade tomato sauce		Potato stew with vegetables		Sautéed vegetables		Sautéed peas		Creamy of aubergine soup and cheese	
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)		Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)		Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)		Filete de pollo con champiñones y patatas asadas (12)		Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)	
Scrambled eggs with cheese & salad		Herby hake fillet with vegetables		Organic chick-peas & vegetables stew		Chicken fillet with mushrooms and diced potatoes		Tuna Lasagna & salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
12		13		14		15		16 - INDIAN FRIDAY	
OFFICIAL HOLIDAYS		Crema de puerros (12)		Judías verdes con tomate (salsa casera)		Sopa casera de verduras con fideos (1,3,6,10)		Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)	
		Creamy of leeks soup		Green beans & homemade tomato sauce		Vegetable soup		Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)	
		Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)		Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)		Complemento del cocido sin carne (garbanzos ecológicos, zanahoria, puerro, patata)		Curry suave de pollo con tomate asado (7)	
		Veal meatballs with carrots and brown rice		Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad		Chick-peas stewed with potatoes and carrots (NO MEAT)		Curry chicken & roasted tomato	
		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
19		20		21		22		23 - FRANCE FRIDAY	
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)		Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)		Puré de verduras (12). No crucíferas.		Espaguetis integrales salteados al ajo y orégano (1,3,6,10)		Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)	
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)		Organic Lentils soup & vegetables		Creamy of vegetables soup		Wholewheat spaghetti sautéed with garlic and oregano		Cassoulet (organic beans soup)	
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)		Empanada casera de pisto al horno (tomate, calabacín, pimiento rojo, verde, cebolla) con ens. Lechuga y maíz (1,3,5,6,7,8,10,11)		Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano		Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)		Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)	
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)		Homemade "pisto" pastry and salad		Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato		Grilled salmon fillet		French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)	
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
26		27		28		29		30 - MEDITERRANEAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate		Rehogado de verduras tiernas (no coliflor, no brócoli)		Puré de calabaza y zanahoria (12)		Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)		Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)	
Brown rice with homemade tomato sauce		Sautéed vegetables		Creamy of pumpkin and carrot soup		Organic chick-peas & vegetables stew		Minestrone soup	
Filete de pollo con ens. De zanahoria rallada y maíz		Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)		Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)		Omelette de calabacín c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)	
Chicken fillet with salad (shredded carrot and sweet corn)		Beans soup & vegetables		Breaded hake fillet and mixed salad		Zucchini omelette and mediterranean salad		Chicken "Napolitana" & "Panzanella" salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	

Menú sin champiñones - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY		MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY		JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
5		6		7 - Sustainable day		1	2 - GERMAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)		Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)		Pasta integral salteada al aggio e olio (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Brown rice with homemade tomato sauce		Potato stew with vegetables		"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)		Aggio e olio pasta (whole grain pasta)	Kartoffelsuppe (Potato soup)
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)		Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)		Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)		Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)	Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
Scrambled eggs with cheese & salad		Herby hake fillet with vegetables		Organic chick-peas & vegetables stew		Grilled salmon and tarragon with salad	Chicken Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
12		13		14		8	9 - ITALIAN FRIDAY
OFFICIAL HOLIDAYS		Crema de puerros (12)		Judías verdes con tomate (salsa casera)		Sautéed peas	Crema de berenjena al queso (7)
		Creamy of leeks soup		Green beans & homemade tomato sauce		Magro de cerdo en salsa casera con patatas asadas (12)	Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)
		Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)		Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)		Diced pork in sauce with diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
		Veal meatballs with carrots and brown rice		Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		15	
19		20		21		16 - INDIAN FRIDAY	
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)		Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)		Puré de verduras (12)		Sopa de cocido (1,3,6,10)	Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)		Organic Lentils soup & vegetables		Creamy of vegetables soup		"Cocido" soup	Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)		Empanada casera de pisto al horno (tomate, calabacín, pimiento rojo, verde, cebolla) con ens. Lechuga y maíz (1,3,5,6,7,8,10,11)		Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano		Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)		Homemade "pisto" pastry and salad		Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato		Chick-peas stew with meat, potatoes and carrots	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
26		27		28		22	
Arroz integral con salsa casera de tomate		Brócoli rehogado con ajitos		Puré de calabaza y zanahoria (12)		23 - FRANCE FRIDAY	
Brown rice with homemade tomato sauce		Sautéed broccoli and garlic		Creamy of pumpkin and carrot soup		Espaguetis integrales carbonara (1,3,6,7,10)	Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz		Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)		Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)		Pasta carbonara	Cassoulet (organic beans soup)
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)		Beans soup & vegetables		Breaded hake fillet and mixed salad		Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)	Quiché Lorraine con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (1,3,5,6,7,8,10,11)
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Grilled salmon fillet	"Quiche Lorraine" & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
29		30 - MEDITERRANEAN FRIDAY		29		26	
Arroz integral con salsa casera de tomate		Brócoli rehogado con ajitos		Puré de calabaza y zanahoria (12)		Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)
Brown rice with homemade tomato sauce		Sautéed broccoli and garlic		Creamy of pumpkin and carrot soup		Organic chick-peas & vegetables stew	Minestrone soup
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz		Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)		Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)		Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)	Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)		Beans soup & vegetables		Breaded hake fillet and mixed salad		Ham omelette and mediterranean salad	Chicken "Napolitana" & "Panzanella" salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert

Menú sin crustáceos - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY				MARTES / TUESDAY				MIÉRCOLES / WEDNESDAY				JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY	
5				6				7 - Sustainable day				1		2 - GERMAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimienta verde y rojo, cebolla)				Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)				Pasta integral salteada al aglio e olio (1,3,6,10)		Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Potato stew with vegetables				"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)				Aglio e olio pasta (whole grain pasta)		Kartoffelsuppe (Potato soup)	
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)				Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimienta verde, cebolla)				Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)		Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)	
Scrambled eggs with cheese & salad				Herby hake fillet with vegetables				Organic chick-peas & vegetables stew				Grilled salmon and tarragon with salad		Chicken Schnitzel & salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
12				13				14				8		9 - ITALIAN FRIDAY	
OFFICIAL HOLIDAYS				Crema de puerros (12)				Judías verdes con tomate (salsa casera)				Sautéed peas		Crema de berenjena al queso (7)	
				Creamy of leeks soup				Green beans & homemade tomato sauce				"Cocido" soup		Creamy of aubergine soup and cheese	
				Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)				Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)				Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)		Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)	
				Veal meatballs with carrots and brown rice				Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad				Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes		Tuna Lasagna & salad	
				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
19				20				21				15		16 - INDIAN FRIDAY	
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimienta verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)				Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)				Puré de verduras (12)				Sopa de cocido (1,3,6,10)		Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)	
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)				Organic Lentils soup & vegetables				Creamy of vegetables soup				"Cocido" soup		Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)	
Huevos revueltos con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (3)				Empanada casera de pisto al horno (tomate, calabacín, pimienta roja, verde, cebolla) con ens. Lechuga y maíz (1,3,5,6,7,8,10,11)				Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano				Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)		Curry suave de pollo con tomate asado (7)	
Scrambled eggs & salad (lettuce, maize, carrot)				Homemade "pisto" pastry and salad				Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato				Chick-peas stew with meat, potatoes and carrots		Curry chicken & roasted tomato	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
26				27				28				22		23 - FRANCE FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Espaguetis integrales carbonara (1,3,6,7,10)		Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Pasta carbonara		Cassoulet (organic beans soup)	
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)				Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		Quiché Lorraine con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (1,3,5,6,7,8,10,11)	
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Breaded hake fillet and mixed salad				Ham omelette and mediterranean salad		"Quiche Lorraine" & salad (lettuce, fresh tomato, maize)	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
26				27				28				29		30 - MEDITERRANEAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimienta verde, cebolla)		Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Organic chick-peas & vegetables stew		Minestrone soup	
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)				Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)	
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Breaded hake fillet and mixed salad				Ham omelette and mediterranean salad		Chicken "Napolitana" & "Panzanella" salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	

Menú sin frutos secos - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY				MARTES / TUESDAY				MIÉRCOLES / WEDNESDAY				JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY	
5				6				7 - Sustainable day				1		2 - GERMAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)				Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)				Pasta integral salteada al aggio e olio (1,3,6,10)		Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Potato stew with vegetables				"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)				Aggio e olio pasta (whole grain pasta)		Kartoffelsuppe (Potato soup)	
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)				Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)				Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)		Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)	
Scrambled eggs with cheese & salad				Herby hake fillet with vegetables				Organic chick-peas & vegetables stew				Grilled salmon and tarragon with salad		Chicken Schnitzel & salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
12				13				14				8		9 - ITALIAN FRIDAY	
OFFICIAL HOLIDAYS				Crema de puerros (12)				Judías verdes con tomate (salsa casera)				Sautéed peas		Crema de berenjena al queso (7)	
				Creamy of leeks soup				Green beans & homemade tomato sauce				"Cocido" soup		Creamy of aubergine soup and cheese	
				Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)				Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)				Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)		Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)	
				Veal meatballs with carrots and brown rice				Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad				Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes		Tuna Lasagna & salad	
				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
19				20				21				15		16 - INDIAN FRIDAY	
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)				Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)				Puré de verduras (12)				Sopa de cocido (1,3,6,10)		Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)	
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)				Organic Lentils soup & vegetables				Creamy of vegetables soup				"Cocido" soup		Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)	
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)				Pakoras vegetarianas caseras con ensalada				Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano				Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)		Curry suave de pollo con tomate asado (7)	
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)				Homemade "pisto" pastry and salad				Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato				Chick-peas stew with meat, potatoes and carrots		Curry chicken & roasted tomato	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
26				27				28				22		23 - FRANCE FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Espaguetis integrales carbonara (1,3,6,7,10)		Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Pasta carbonara		Cassoulet (organic beans soup)	
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)				Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)	
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Breaded hake fillet and mixed salad				Ham omelette and mediterranean salad		French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
26				27				28				29		30 - MEDITERRANEAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)		Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Organic chick-peas & vegetables stew		Minestrone soup	
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)				Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)	
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Breaded hake fillet and mixed salad				Ham omelette and mediterranean salad		Chicken "Napolitana" & "Panzanella" salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	

Menú sin gluten - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.
Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
5	6	7 - Sustainable day	1	2 - GERMAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)	Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)	Pasta sin alérgenos salteada al aggio e olio	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Brown rice with homemade tomato sauce	Potato stew with vegetables	"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)	Aggio e olio pasta (allergen free)	Kartoffelsuppe (Potato soup)
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)	Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)	Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)	Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (elaborado con harina de maíz, sin gluten)
Scrambled eggs with cheese & salad	Herby hake fillet with vegetables	Organic chick-peas & vegetables stew	Grilled salmon and tarragon with salad	Chicken Schnitzel (allergen free) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
12	13	14	8	9 - ITALIAN FRIDAY
OFFICIAL HOLIDAYS	Crema de puerros (12)	Judías verdes con tomate (salsa casera)	Guisantes rehogados con cebolla y ajitos	Crema de berenjena al queso (7)
	Creamy of leeks soup	Green beans & homemade tomato sauce	Sautéed peas	Creamy of aubergine soup and cheese
	Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)	Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)	Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña (placas sin alérgenos) de atún claro y tomate con ensalada (4; bechamel sin gluten ni lactosa)
	Veal meatballs with carrots and brown rice	Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad	Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
19	20	21	15	16 - INDIAN FRIDAY
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de verduras (12)	Sopa de cocido (fideos sin alérgenos)	Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Organic Lentils soup & vegetables	Creamy of vegetables soup	"Cocido" soup	Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Huevos revueltos con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (3)	Pakorras vegetarianas caseras con ensalada	Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Scrambled eggs & salad (lettuce, maize, carrot)	Homemade "pisto" pastry and salad	Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato	Chick-peas stew with meat, potatoes and carrots	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
26	27	28	22	23 - FRANCE FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Brócoli rehogado con ajitos	Puré de calabaza y zanahoria (12)	Espaguetis sin alérgenos al ajo y orégano	Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)
Brown rice with homemade tomato sauce	Sautéed broccoli and garlic	Creamy of pumpkin and carrot soup	Sautéed pasta (allergen free)	Cassoulet (organic beans soup)
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Fil. merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (4; elaborada con harina de maíz)	Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)	Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)	Beans soup & vegetables	Breaded (allergen free) hake fillet and mixed salad	Grilled salmon fillet	French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
30	31	32	29	30 - MEDITERRANEAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Brócoli rehogado con ajitos	Puré de calabaza y zanahoria (12)	Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)
Brown rice with homemade tomato sauce	Sautéed broccoli and garlic	Creamy of pumpkin and carrot soup	Organic chick-peas & vegetables stew	Minestrone soup
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Fil. merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (4; elaborada con harina de maíz)	Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)	Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada variada
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)	Beans soup & vegetables	Breaded (allergen free) hake fillet and mixed salad	Ham omelette and mediterranean salad	Chicken "Napolitana" & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert

Menú sin gluten ni lactosa - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.
Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
5	6	7 - Sustainable day	1	2 - GERMAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)	Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)	Pasta sin alérgenos salteada al aggio e olio	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Brown rice with homemade tomato sauce	Potato stew with vegetables	"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)	Aggio e olio pasta (allergen free)	Kartoffelsuppe (Potato soup)
Revuelto de huevo c/ensalada de lechuga y zanahoria (3)	Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)	Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)	Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (elaborado con harina de maíz, sin gluten NI QUESO)
Scrambled eggs & salad	Herby hake fillet with vegetables	Organic chick-peas & vegetables stew	Grilled salmon and tarragon with salad	Chicken Schnitzel (allergen free) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
12	13	14	8	9 - ITALIAN FRIDAY
OFFICIAL HOLIDAYS	Crema de puerros (12)	Judías verdes con tomate (salsa casera)	Guisantes rehogados con cebolla y ajitos	Crema de berenjena (sin queso)
	Creamy of leeks soup	Green beans & homemade tomato sauce	Sautéed peas	Creamy of aubergine soup
	Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)	Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)	Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña (placas sin alérgenos) de atún claro y tomate con ensalada (4; bechamel sin gluten ni lactosa)
	Veal meatballs with carrots and brown rice	Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad	Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
19	20	21	15	16 - INDIAN FRIDAY
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de verduras (12)	Sopa de cocido (fideos sin alérgenos)	Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Organic Lentils soup & vegetables	Creamy of vegetables soup	"Cocido" soup	Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Huevos revueltos con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (3)	Pakorras vegetarianas caseras con ensalada	Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)	Pollo al horno con toque de curry y tomate asado
Scrambled eggs & salad (lettuce, maize, carrot)	Homemade "pisto" pastry and salad	Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato	Chick-peas stew with meat, potatoes and carrots	Grilled chicken with a fine touch of curry and roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
26	27	28	22	23 - FRANCE FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Brócoli rehogado con ajitos	Puré de calabaza y zanahoria (12)	Espaguetis sin alérgenos al ajo y orégano	Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)
Brown rice with homemade tomato sauce	Sautéed broccoli and garlic	Creamy of pumpkin and carrot soup	Sautéed pasta (allergen free)	Cassoulet (organic beans soup)
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Fil. merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (4; elaborada con harina de maíz)	Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)	Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)	Beans soup & vegetables	Breaded (allergen free) hake fillet and mixed salad	Grilled salmon fillet	French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
30	31	1	29	30 - MEDITERRANEAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Brócoli rehogado con ajitos	Puré de calabaza y zanahoria (12)	Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)
Brown rice with homemade tomato sauce	Sautéed broccoli and garlic	Creamy of pumpkin and carrot soup	Organic chick-peas & vegetables stew	Minestrone soup
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Fil. merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (4; elaborada con harina de maíz)	Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)	Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada variada
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)	Beans soup & vegetables	Breaded (allergen free) hake fillet and mixed salad	Ham omelette and mediterranean salad	Chicken "Napolitana" & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert

Menú sin gluten ni proteína de la leche - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.
Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
5	6	7 - Sustainable day	1	2 - GERMAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)	Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)	Pasta sin alérgenos salteada al aggio e olio	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Brown rice with homemade tomato sauce	Potato stew with vegetables	"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)	Aggio e olio pasta (allergen free)	Kartoffelsuppe (Potato soup)
Revuelto de huevo c/ensalada de lechuga y zanahoria (3)	Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)	Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)	Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (elaborado con harina de maíz, sin gluten NI QUESO)
Scrambled eggs & salad	Herby hake fillet with vegetables	Organic chick-peas & vegetables stew	Grilled salmon and tarragon with salad	Chicken Schnitzel (allergen free) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
12	13	14	8	9 - ITALIAN FRIDAY
OFFICIAL HOLIDAYS	Crema de puerros (12)	Judías verdes con tomate (salsa casera)	Guisantes rehogados con cebolla y ajitos	Crema de berenjena (sin queso)
	Creamy of leeks soup	Green beans & homemade tomato sauce	Sautéed peas	Creamy of aubergine soup
	Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)	Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)	Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña (placas sin alérgenos) de atún claro y tomate con ensalada (4; bechamel sin gluten ni lactosa)
	Veal meatballs with carrots and brown rice	Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad	Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
19	20	21	15	16 - INDIAN FRIDAY
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de verduras (12)	Sopa de cocido (fideos sin alérgenos)	Kedgerree Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Organic Lentils soup & vegetables	Creamy of vegetables soup	"Cocido" soup	Kedgerree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Huevos revueltos con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (3)	Pakorras vegetarianas caseras con ensalada	Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)	Pollo al horno con toque de curry y tomate asado
Scrambled eggs & salad (lettuce, maize, carrot)	Homemade "pisto" pastry and salad	Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato	Chick-peas stew with meat, potatoes and carrots	Grilled chicken with a fine touch of curry and roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
26	27	28	22	23 - FRANCE FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Brócoli rehogado con ajitos	Puré de calabaza y zanahoria (12)	Espaguetis sin alérgenos al ajo y orégano	Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)
Brown rice with homemade tomato sauce	Sautéed broccoli and garlic	Creamy of pumpkin and carrot soup	Sautéed pasta (allergen free)	Cassoulet (organic beans soup)
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Fil. merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (4; elaborada con harina de maíz)	Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)	Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)	Beans soup & vegetables	Breaded (allergen free) hake fillet and mixed salad	Grilled salmon fillet	French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
26	27	28	29	30 - MEDITERRANEAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Brócoli rehogado con ajitos	Puré de calabaza y zanahoria (12)	Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)
Brown rice with homemade tomato sauce	Sautéed broccoli and garlic	Creamy of pumpkin and carrot soup	Organic chick-peas & vegetables stew	Minestrone soup
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Fil. merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (4; elaborada con harina de maíz)	Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)	Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada variada
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)	Beans soup & vegetables	Breaded (allergen free) hake fillet and mixed salad	Ham omelette and mediterranean salad	Chicken "Napolitana" & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert

Menú sin gluten, proteína de la leche ni soja (no pan sin gluten ni pasta) - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY				MARTES / TUESDAY				MIÉRCOLES / WEDNESDAY				JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY	
5				6				7 - Sustainable day				1		2 - GERMAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)				Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)				Arroz salteado al aggio e olio		Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Potato stew with vegetables				"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)				Aggio e olio rice		Kartoffelsuppe (Potato soup)	
Revuelto de huevo c/ensalada de lechuga y zanahoria (3)				Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)				Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)		Filete de pollo al horno con ensalada	
Scrambled eggs & salad				Herby hake fillet with vegetables				Organic chick-peas & vegetables stew				Grilled salmon and tarragon with salad		Grilled chicken fillet 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	
12				13				14				8		9 - ITALIAN FRIDAY	
OFFICIAL HOLIDAYS				Crema de puerros (12)				Judías verdes con tomate (salsa casera)				Guisantes rehogados con cebolla y ajitos		Crema de berenjena (sin queso)	
				Creamy of leeks soup				Green beans & homemade tomato sauce				Sautéed peas		Creamy of aubergine soup	
				Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)				Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)				Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)		Salmón con tomate y ensalada (4)	
				Veal meatballs with carrots and brown rice				Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad				Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes		Salmon cooked in tomato sauce and salad	
				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	
19				20				21				15		16 - INDIAN FRIDAY	
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)				Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)				Puré de verduras (12)				Sopa de cocido (con arroz)		Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)	
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)				Organic Lentils soup & vegetables				Creamy of vegetables soup				"Cocido" soup		Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)	
Huevos revueltos con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (3)				Pakorras vegetarianas caseras con ensalada				Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano				Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)		Pollo al horno con toque de curry y tomate asado	
Scrambled eggs & salad (lettuce, maize, carrot)				Homemade "pisto" pastry and salad				Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato				Chick-peas stew with meat, potatoes and carrots		Grilled chicken with a fine touch of curry and roasted tomato	
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	
26				27				28				22		23 - FRANCE FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Arroz al ajo y orégano		Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Sautéed rice		Cassoulet (organic beans soup)	
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. merluza al horno c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (4)				Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)		Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)	
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Grilled hake fillet and mixed salad				Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada variada	
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	
26				27				28				29		30 - MEDITERRANEAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)		Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Organic chick-peas & vegetables stew		Minestrone soup	
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. merluza al horno c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (4)				Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada variada	
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Grilled hake fillet and mixed salad				Ham omelette and mediterranean salad		Chicken "Napolitana" & 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	

Menú sin gluten ni proteína de la vaca (caseína, lactosa, ternera) - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY		MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY		JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
5		6		7 - Sustainable day		1	2 - GERMAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)		Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)		Pasta sin alérgenos salteada al aggio e olio	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Brown rice with homemade tomato sauce		Potato stew with vegetables		"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)		Aggio e olio pasta (allergen free)	Kartoffelsuppe (Potato soup)
Revuelto de huevo c/ensalada de lechuga y zanahoria (3)		Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)		Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)		Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)	Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (elaborado con harina de maíz, sin gluten NI QUESO)
Scrambled eggs & salad		Herby hake fillet with vegetables		Organic chick-peas & vegetables stew		Grilled salmon and tarragon with salad	Chicken Schnitzel (allergen free) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
12		13		14		8	9 - ITALIAN FRIDAY
OFFICIAL HOLIDAYS		Crema de puerros (12)		Judías verdes con tomate (salsa casera)		Guisantes rehogados con cebolla y ajitos	Crema de berenjena (sin queso)
		Creamy of leeks soup		Green beans & homemade tomato sauce		Sautéed peas	Creamy of aubergine soup
		Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)		Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)		Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña (placas sin alérgenos) de atún claro y tomate con ensalada (4; bechamel sin gluten ni lactosa)
		Veal meatballs with carrots and brown rice		Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad		Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
19		20		21		15	16 - INDIAN FRIDAY
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)		Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)		Puré de verduras (12)		Sopa casera de verduras con fideos (1,3,6,10)	Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)		Organic Lentils soup & vegetables		Creamy of vegetables soup		Vegetable soup	Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Huevos revueltos con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (3)		Pakorras vegetarianas caseras con ensalada		Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano		Complemento del cocido sin carne (garbanzos, ecológicos, zanahoria, puerro, patata)	Pollo al horno con toque de curry y tomate asado
Scrambled eggs & salad (lettuce, maize, carrot)		Homemade "pisto" pastry and salad		Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato		Chick-peas stewed with potatoes and carrots (NO MEAT)	Grilled chicken with a fine touch of curry and roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
26		27		28		22	23 - FRANCE FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Brócoli rehogado con ajitos		Puré de calabaza y zanahoria (12)		Espaguetis sin alérgenos al ajo y orégano	Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)
Brown rice with homemade tomato sauce		Sautéed broccoli and garlic		Creamy of pumpkin and carrot soup		Sautéed pasta (allergen free)	Cassoulet (organic beans soup)
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz		Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)		Fil. merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (4; elaborada con harina de maíz)		Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)	Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)		Beans soup & vegetables		Breaded (allergen free) hake fillet and mixed salad		Grilled salmon fillet	French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
26		27		28		29	30 - MEDITERRANEAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Brócoli rehogado con ajitos		Puré de calabaza y zanahoria (12)		Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)
Brown rice with homemade tomato sauce		Sautéed broccoli and garlic		Creamy of pumpkin and carrot soup		Organic chick-peas & vegetables stew	Minestrone soup
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz		Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)		Fil. merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (4; elaborada con harina de maíz)		Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)	Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada variada
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)		Beans soup & vegetables		Breaded (allergen free) hake fillet and mixed salad		Ham omelette and mediterranean salad	Chicken "Napolitana" & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert

Menú Halal - OCTOBER 2026



(*) Halal certificated

Water served as standard beverage with all meals.
Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY
5	6	7 - Sustainable day
Arroz integral con salsa casera de tomate	Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimienta verde y rojo, cebolla)	Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)
Brown rice with homemade tomato sauce	Potato stew with vegetables	"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)	Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)	Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimienta verde, cebolla)
Scrambled eggs with cheese & salad	Herby hake fillet with vegetables	Organic chick-peas & vegetables stew
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Fruta de temporada / Seasonal fruit
12	13	14
OFFICIAL HOLIDAYS	Crema de puerros (12)	Judías verdes con tomate (salsa casera)
	Creamy of leeks soup	Green beans & homemade tomato sauce
	Albóndigas vegetales con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)	Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)
	Vegetarian hamburger with carrots & rice	Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad
	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Fruta de temporada / Seasonal fruit
19	20	21
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimienta verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de verduras (12)
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Organic Lentils soup & vegetables	Creamy of vegetables soup
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)	Empanada casera de pisto al horno (tomate, calabacín, pimienta roja, verde, cebolla) con ens. Lechuga y maíz (1,3,5,6,7,8,10,11)	Pollo (*) asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)	Homemade "pisto" pastry and salad	Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Fruta de temporada / Seasonal fruit
26	27	28
Arroz integral con salsa casera de tomate	Brócoli rehogado con ajitos	Puré de calabaza y zanahoria (12)
Brown rice with homemade tomato sauce	Sautéed broccoli and garlic	Creamy of pumpkin and carrot soup
Filete de pollo (*) con ens. De zanahoria rallada y maíz	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)
Chicken fillet with salad (shredded carrot and sweet corn)	Beans soup & vegetables	Breaded hake fillet and mixed salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Fruta de temporada / Seasonal fruit

JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2 - GERMAN FRIDAY
Pasta integral salteada al aglio e olio (1,3,6,10)	Guiso de patatas con vegetales (12)
Aglio e olio pasta (whole grain pasta)	Potato and vegetable soup
Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)	Schnitzel de Pollo (*) al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
Grilled salmon and tarragon with salad	Chicken Schnitzel & salad
Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
8	9 - ITALIAN FRIDAY
Guisantes rehogados con cebolla y ajitos	Crema de berenjena al queso (7)
Sautéed peas	Creamy of aubergine soup and cheese
Filete de pollo (*) con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)
Chicken fillet with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
15	16 - INDIAN FRIDAY
Sopa casera de verduras con fideos (1,3,6,10)	Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Vegetable soup	Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Complemento del cocido sin carne (garbanzos ecológicos, zanahoria, puerro, patata)	Curry suave de pollo (*) con tomate asado (7)
Chick-peas stewed with potatoes and carrots (NO MEAT)	Curry chicken & roasted tomato
Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
22	23 - FRANCE FRIDAY
Espaguetis integrales salteados al ajo y orégano (1,3,6,10)	Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)
Wholewheat spaghetti sautéed with garlic and oregano	Cassoulet (organic beans soup)
Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)	Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)
Grilled salmon fillet	French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
29	30 - MEDITERRANEAN FRIDAY
Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimienta verde, cebolla)	Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)
Organic chick-peas & vegetables stew	Minestrone soup
Omelette de calabacín c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)	Pollo (*) a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)
Zucchini omelette and mediterranean salad	Chicken "Napolitana" & "Panzanella" salad
Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert

Menú sin huevo - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY		MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY		JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
5		6		7 - Sustainable day		1	2 - GERMAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)		Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)		Pasta sin alérgenos salteada al aglio e olio	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Brown rice with homemade tomato sauce		Potato stew with vegetables		"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)		Aglio e olio pasta (allergen free)	Kartoffelsuppe (Potato soup)
<u>"Tortilla" de calabacín c/ensalada de lechuga y zanahoria (elaborada con harina de garbanzos)</u>		Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)		<u>Garbanzos ecológicos</u> con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)		Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)	<u>Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (elaborado con harina de maíz, sin gluten)</u>
Chickpea flour zucchini omelette with salad		Herby hake fillet with vegetables		Organic chick-peas & vegetables stew		Grilled salmon and tarragon with salad	Chicken Schnitzel (allergen free) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
12		13		14		8	9 - ITALIAN FRIDAY
OFFICIAL HOLIDAYS		Crema de puerros (12)		Judías verdes con tomate (salsa casera)		Guisantes rehogados con cebolla y ajitos	Crema de berenjena al queso (7)
		Creamy of leeks soup		Green beans & homemade tomato sauce		Sautéed peas	Creamy of aubergine soup and cheese
		Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)		Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)		Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	<u>Lasaña (placas sin alérgenos) de atún claro y tomate con ensalada (4; bechamel sin gluten ni lactosa)</u>
		Veal meatballs with carrots and brown rice		Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad		Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
19		20		21		15	16 - INDIAN FRIDAY
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)		<u>Lentejas ecológicas</u> campesinas (estofadas con verduras)		Puré de verduras (12)		Sopa de cocido (fideos sin alérgenos)	<u>Arroz con verduras condimentado con especias</u>
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)		Organic Lentils soup & vegetables		Creamy of vegetables soup		"Cocido" soup	Rice seasoned
<u>"Tortilla" francesa con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (elaborada con harina de garbanzos)</u>		Pakoras vegetarianas (harina de garbanzos) caseras con ensalada		Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano		Complemento del cocido (<u>garbanzos ecológicos</u>)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Chickpea flour omelette and salad		Homemade "pisto" pastry and salad		Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato		Chick-peas stew with meat, potatoes and carrots	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
26		27		28		22	23 - FRANCE FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Brócoli rehogado con ajitos		Puré de calabaza y zanahoria (12)		<u>Espaguetis sin alérgenos al ajo y orégano</u>	Cassoulet vegetal (guiso de <u>judías blancas ecológicas</u>)
Brown rice with homemade tomato sauce		Sautéed broccoli and garlic		Creamy of pumpkin and carrot soup		Sautéed pasta (allergen free)	Cassoulet (organic beans soup)
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz		Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)		Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)		Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)	<u>"Tortilla" española de patata y cebolla con ensalada mixta (elaborada con harina de garbanzos)</u>
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)		Beans soup & vegetables		Breaded hake fillet and mixed salad		Grilled salmon fillet	Potato "omelette" (with chickpea flour) and salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
26		27		28		29	30 - MEDITERRANEAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Brócoli rehogado con ajitos		Puré de calabaza y zanahoria (12)		<u>Garbanzos ecológicos</u> con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)
Brown rice with homemade tomato sauce		Sautéed broccoli and garlic		Creamy of pumpkin and carrot soup		Organic chick-peas & vegetables stew	Minestrone soup
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz		Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)		Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)		<u>"Omelette" de calabacín c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (elaborada con harina de garbanzos)</u>	<u>Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada variada</u>
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)		Beans soup & vegetables		Breaded hake fillet and mixed salad		Chickpea flour zucchini omelette with salad	Chicken "Napolitana" & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert

Menú sin huevo (tolera trazas) - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY		MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY		JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
5		6		7 - Sustainable day		1	2 - GERMAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)		Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)		Pasta integral salteada al aggio e olio (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Brown rice with homemade tomato sauce		Potato stew with vegetables		"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)		Aggio e olio pasta (whole grain pasta)	Kartoffelsuppe (Potato soup)
<u>"Tortilla" de calabacín c/ensalada de lechuga y zanahoria (elaborada con harina de garbanzos)</u>		Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)		<u>Garbanzos ecológicos</u> con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)		Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)	<u>Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (elaborado con harina de maíz, sin gluten)</u>
Chickpea flour zucchini omelette with salad		Herby hake fillet with vegetables		Organic chick-peas & vegetables stew		Grilled salmon and tarragon with salad	Chicken Schnitzel (allergen free) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
12		13		14		8	9 - ITALIAN FRIDAY
OFFICIAL HOLIDAYS		Crema de puerros (12)		Judías verdes con tomate (salsa casera)		Guisantes rehogados con cebolla y ajitos	Crema de berenjena al queso (7)
		Creamy of leeks soup		Green beans & homemade tomato sauce		Sautéed peas	Creamy of aubergine soup and cheese
		Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)		Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)		Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	<u>Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,10); bechamel sin gluten ni lactosa)</u>
		Veal meatballs with carrots and brown rice		Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad		Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
19		20		21		15	16 - INDIAN FRIDAY
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)		<u>Lentejas ecológicas</u> campesinas (estofadas con verduras)		Puré de verduras (12)		Sopa de cocido (1,3,6,10)	Arroz con verduras condimentado con especias
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)		Organic Lentils soup & vegetables		Creamy of vegetables soup		"Cocido" soup	Rice seasoned
<u>"Tortilla" francesa con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (elaborada con harina de garbanzos)</u>		Pakoras vegetarianas (harina de garbanzos) caseras con ensalada		Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano		Complemento del cocido (<u>garbanzos ecológicos</u>)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Chickpea flour omelette and salad		Homemade "pisto" pastry and salad		Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato		Chick-peas stew with meat, potatoes and carrots	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
26		27		28		22	23 - FRANCE FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Brócoli rehogado con ajitos		Puré de calabaza y zanahoria (12)		Espaguetis integrales carbonara (1,3,6,7,10), NO huevo.	Cassoulet vegetal (guiso de <u>judías blancas ecológicas</u>)
Brown rice with homemade tomato sauce		Sautéed broccoli and garlic		Creamy of pumpkin and carrot soup		Pasta carbonara	Cassoulet (organic beans soup)
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz		Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)		Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)		Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)	<u>"Tortilla" española de patata y cebolla con ensalada mixta (elaborada con harina de garbanzos)</u>
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)		Beans soup & vegetables		Breaded hake fillet and mixed salad		Grilled salmon fillet	Potato "omelette" (with chickpea flour) and salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
26		27		28		29	30 - MEDITERRANEAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Brócoli rehogado con ajitos		Puré de calabaza y zanahoria (12)		<u>Garbanzos ecológicos</u> con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)
Brown rice with homemade tomato sauce		Sautéed broccoli and garlic		Creamy of pumpkin and carrot soup		Organic chick-peas & vegetables stew	Minestrone soup
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz		Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)		Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)		<u>"Omelette" de calabacín c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (elaborada con harina de garbanzos)</u>	<u>Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada variada</u>
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)		Beans soup & vegetables		Breaded hake fillet and mixed salad		Chickpea flour zucchini omelette with salad	Chicken "Napolitana" & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert

Menú sin huevo - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY				MARTES / TUESDAY				MIÉRCOLES / WEDNESDAY				JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY	
5				6				7 - Sustainable day				1		2 - GERMAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)				Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)				Pasta sin alérgenos salteada al aglio e olio		Guiso de patatas con vegetales (12)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Potato stew with vegetables				"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)				Aggio e olio pasta (allergen free)		Potato and vegetable soup	
"Tortilla" de calabacín c/ensalada de lechuga y zanahoria (elaborada con harina de garbanzos)				Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)				Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)		Schnitzel de cerdo al estilo alemán con ensalada (elaborado con harina de maíz, sin gluten)	
Chickpea flour zucchini omelette with salad				Herby hake fillet with vegetables				Organic chick-peas & vegetables stew				Grilled salmon and tarragon with salad		Pork Schnitzel (allergen free) & salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta de temporada / Seasonal fruit		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
12				13				14				8		9 - ITALIAN FRIDAY	
OFFICIAL HOLIDAYS				Crema de puerros (12)				Judías verdes con tomate (salsa casera)				Sautéed peas		Crema de berenjena al queso (7)	
				Creamy of leeks soup				Green beans & homemade tomato sauce				Vegetable soup		Creamy of aubergine soup and cheese	
				Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)				Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)				Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)		Lasaña (placas sin alérgenos) de atún claro y tomate con ensalada (4; bechamel sin gluten ni lactosa)	
				Veal meatballs with carrots and brown rice				Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad				Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes		Tuna Lasagna & salad	
				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta de temporada / Seasonal fruit		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
19				20				21				15		16 - INDIAN FRIDAY	
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)				Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)				Puré de verduras (12)				Sopa casera de verduras con fideos (fideos sin alérgenos)		Arroz con verduras condimentado con especias	
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)				Organic Lentils soup & vegetables				Creamy of vegetables soup				Sautéed pasta (allergen free)		Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)	
"Tortilla" francesa con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (elaborada con harina de garbanzos)				Pakoras vegetarianas (harina de garbanzos) caseras con ensalada				Lomo de cerdo con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano				Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)		"Tortilla" española de patata y cebolla con ensalada mixta (elaborada con harina de garbanzos)	
Chickpea flour omelette and salad				Homemade "pisto" pastry and salad				Grilled pork loin with chopped tomato				Grilled salmon fillet		Potato "omelette" (with chickpea flour) and salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta de temporada / Seasonal fruit		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
26				27				28				22		23 - FRANCE FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Espaguetis sin alérgenos al ajo y orégano		Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Sautéed pasta (allergen free)		Cassoulet (organic beans soup)	
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)				"Omelette" de calabacín c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (elaborada con harina de garbanzos)		Salmón a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada variada (4)	
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Breaded hake fillet and mixed salad				Chickpea flour zucchini omelette with salad		Salmon "Napolitana" & salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta de temporada / Seasonal fruit		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	

Menú sin huevo ni lactosa - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY		MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY		JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
5		6		7 - Sustainable day		1	2 - GERMAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)		Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)		Pasta sin alérgenos salteada al aggio e olio	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Brown rice with homemade tomato sauce		Potato stew with vegetables		"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)		Aggio e olio pasta (allergen free)	Kartoffelsuppe (Potato soup)
<u>"Tortilla" de calabacín c/ensalada de lechuga y zanahoria (elaborada con harina de garbanzos)</u>		Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)		<u>Garbanzos ecológicos</u> con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)		Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)	<u>Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (elaborado con harina de maíz, sin gluten)</u>
Chickpea flour zucchini omelette with salad		Herby hake fillet with vegetables		Organic chick-peas & vegetables stew		Grilled salmon and tarragon with salad	Chicken Schnitzel (allergen free) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
12		13		14		8	9 - ITALIAN FRIDAY
OFFICIAL HOLIDAYS		Crema de puerros (12)		Judías verdes con tomate (salsa casera)		Guisantes rehogados con cebolla y ajitos	<u>Crema de berenjena (sin queso)</u>
		Creamy of leeks soup		Green beans & homemade tomato sauce		Sautéed peas	Creamy of aubergine soup and cheese
		Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)		Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)		Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	<u>Lasaña (placas sin alérgenos) de atún claro y tomate con ensalada (4; bechamel sin gluten ni lactosa)</u>
		Veal meatballs with carrots and brown rice		Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad		Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
19		20		21		15	16 - INDIAN FRIDAY
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)		<u>Lentejas ecológicas</u> campesinas (estofadas con verduras)		Puré de verduras (12)		Sopa de cocido (fideos sin alérgenos)	<u>Arroz con verduras condimentado con especias</u>
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)		Organic Lentils soup & vegetables		Creamy of vegetables soup		"Cocido" soup	Rice seasoned
<u>"Tortilla" francesa con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (elaborada con harina de garbanzos)</u>		Pakoras vegetarianas (harina de garbanzos) caseras con ensalada		Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano		Complemento del cocido (<u>garbanzos ecológicos</u>)	<u>Pollo al horno con toque de curry y tomate asado</u>
Chickpea flour omelette and salad		Homemade "pisto" pastry and salad		Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato		Chick-peas stew with meat, potatoes and carrots	Grilled chicken with a fine touch of curry and roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
26		27		28		22	23 - FRANCE FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Brócoli rehogado con ajitos		Puré de calabaza y zanahoria (12)		<u>Espaguetis sin alérgenos al ajo y orégano</u>	Cassoulet vegetal (guiso de <u>judías blancas ecológicas</u>)
Brown rice with homemade tomato sauce		Sautéed broccoli and garlic		Creamy of pumpkin and carrot soup		Sautéed pasta (allergen free)	Cassoulet (organic beans soup)
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz		Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)		Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)		Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)	<u>"Tortilla" española de patata y cebolla con ensalada mixta (elaborada con harina de garbanzos)</u>
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)		Beans soup & vegetables		Breaded hake fillet and mixed salad		Grilled salmon fillet	Potato "omelette" (with chickpea flour) and salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
26		27		28		29	30 - MEDITERRANEAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Brócoli rehogado con ajitos		Puré de calabaza y zanahoria (12)		<u>Garbanzos ecológicos</u> con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)
Brown rice with homemade tomato sauce		Sautéed broccoli and garlic		Creamy of pumpkin and carrot soup		Organic chick-peas & vegetables stew	Minestrone soup
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz		Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)		Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)		<u>"Omelette" de calabacín c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (elaborada con harina de garbanzos)</u>	<u>Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada variada</u>
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)		Beans soup & vegetables		Breaded hake fillet and mixed salad		Chickpea flour zucchini omelette with salad	Chicken "Napolitana" & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert

Menú sin lactosa - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY				MARTES / TUESDAY				MIÉRCOLES / WEDNESDAY				JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY	
5				6				7 - Sustainable day				1		2 - GERMAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimienta verde y rojo, cebolla)				Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)				Pasta integral salteada al aglio e olio (1,3,6,10)		Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Potato stew with vegetables				"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)				Aglio e olio pasta (whole grain pasta)		Kartoffelsuppe (Potato soup)	
Revuelto de huevo c/ensalada de lechuga y zanahoria (3)				Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimienta verde, cebolla)				Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)		Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,10). NO QUESO.	
Scrambled eggs & salad				Herby hake fillet with vegetables				Organic chick-peas & vegetables stew				Grilled salmon and tarragon with salad		Chicken Schnitzel & salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert	
12				13				14				8		9 - ITALIAN FRIDAY	
OFFICIAL HOLIDAYS				Crema de puerros (12)				Judías verdes con tomate (salsa casera)				Sautéed peas		Crema de berenjena (sin queso)	
				Creamy of leeks soup				Green beans & homemade tomato sauce				"Cocido" soup		Creamy of aubergine soup and cheese	
				Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)				Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)				Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)		Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,10); bechamel sin gluten ni lactosa)	
				Veal meatballs with carrots and brown rice				Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad				Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes		Tuna Lasagna & salad	
				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert	
19				20				21				15		16 - INDIAN FRIDAY	
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimienta verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)				Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)				Puré de verduras (12)				Sopa de cocido (1,3,6,10)		Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)	
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)				Organic Lentils soup & vegetables				Creamy of vegetables soup				"Cocido" soup		Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)	
Huevos revueltos con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (3)				Pakorras vegetarianas caseras con ensalada				Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano				Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)		Pollo al horno con toque de curry y tomate asado	
Scrambled eggs & salad (lettuce, maize, carrot)				Homemade "pisto" pastry and salad				Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato				Chick-peas stew with meat, potatoes and carrots		Grilled chicken with a fine touch of curry and roasted tomato	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert	
26				27				28				22		23 - FRANCE FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Espaguetis integrales carbonara (1,3,6,7,10)		Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Pasta carbonara		Cassoulet (organic beans soup)	
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)				Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)	
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Breaded hake fillet and mixed salad				Ham omelette and mediterranean salad		Chicken "Napolitana" & salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert	
26				27				28				29		30 - MEDITERRANEAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimienta verde, cebolla)		Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Organic chick-peas & vegetables stew		Minestrone soup	
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)				Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada	
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Breaded hake fillet and mixed salad				Ham omelette and mediterranean salad		Chicken "Napolitana" & salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert	

Menú sin lactosa ni lentejas - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.
Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
5	6	7 - Sustainable day	1	2 - GERMAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)	Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)	Pasta integral salteada al aggio e olio (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Brown rice with homemade tomato sauce	Potato stew with vegetables	"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)	Aggio e olio pasta (whole grain pasta)	Kartoffelsuppe (Potato soup)
Revuelto de huevo c/ensalada de lechuga y zanahoria (3)	Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)	Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)	Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,10). NO QUESO.
Scrambled eggs & salad	Herby hake fillet with vegetables	Organic chick-peas & vegetables stew	Grilled salmon and tarragon with salad	Chicken Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
12	13	14	8	9 - ITALIAN FRIDAY
OFFICIAL HOLIDAYS	Crema de puerros (12)	Judías verdes con tomate (salsa casera)	Guisantes rehogados con cebolla y ajitos	Crema de berenjena (sin queso)
	Creamy of leeks soup	Green beans & homemade tomato sauce	Sautéed peas	Creamy of aubergine soup and cheese
	Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)	Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)	Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,10); bechamel sin gluten ni lactosa)
	Veal meatballs with carrots and brown rice	Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad	Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
19	20	21	15	16 - INDIAN FRIDAY
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)	Rehogado de brócoli y coliflor	Puré de verduras (12)	Sopa de cocido (1,3,6,10)	Kedgerree Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Sautéed broccoli and cauliflower	Creamy of vegetables soup	"Cocido" soup	Kedgerree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Huevos revueltos con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (3)	Pakorras vegetarianas caseras con ensalada	Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)	Pollo al horno con toque de curry y tomate asado
Scrambled eggs & salad (lettuce, maize, carrot)	Homemade "pisto" pastry and salad	Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato	Chick-peas stew with meat, potatoes and carrots	Grilled chicken with a fine touch of curry and roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
26	27	28	22	23 - FRANCE FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Brócoli rehogado con ajitos	Puré de calabaza y zanahoria (12)	Espaguetis integrales carbonara (1,3,6,7,10)	Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)
Brown rice with homemade tomato sauce	Sautéed broccoli and garlic	Creamy of pumpkin and carrot soup	Pasta carbonara	Cassoulet (organic beans soup)
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)	Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)	Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)	Beans soup & vegetables	Breaded hake fillet and mixed salad	Grilled salmon fillet	French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
26	27	28	29	30 - MEDITERRANEAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Brócoli rehogado con ajitos	Puré de calabaza y zanahoria (12)	Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)
Brown rice with homemade tomato sauce	Sautéed broccoli and garlic	Creamy of pumpkin and carrot soup	Organic chick-peas & vegetables stew	Minestrone soup
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)	Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)	Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)	Beans soup & vegetables	Breaded hake fillet and mixed salad	Ham omelette and mediterranean salad	Chicken "Napolitana" & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert

Menú sin lentejas, naranja ni melón - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY				MARTES / TUESDAY				MIÉRCOLES / WEDNESDAY				JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY	
5				6				7 - Sustainable day				1		2 - GERMAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)				Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)				Pasta integral salteada al aggio e olio (1,3,6,10)		Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Potato stew with vegetables				"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)				Aggio e olio pasta (whole grain pasta)		Kartoffelsuppe (Potato soup)	
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)				Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)				Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)		Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)	
Scrambled eggs with cheese & salad				Herby hake fillet with vegetables				Organic chick-peas & vegetables stew				Grilled salmon and tarragon with salad		Chicken Schnitzel & salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
12				13				14				8		9 - ITALIAN FRIDAY	
OFFICIAL HOLIDAYS				Crema de puerros (12)				Judías verdes con tomate (salsa casera)				Sautéed peas		Crema de berenjena al queso (7)	
				Creamy of leeks soup				Green beans & homemade tomato sauce				"Cocido" soup		Creamy of aubergine soup and cheese	
				Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)				Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)				Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)		Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)	
				Veal meatballs with carrots and brown rice				Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad				Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes		Tuna Lasagna & salad	
				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
19				20				21				15		16 - INDIAN FRIDAY	
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)				Rehogado de brócoli y coliflor				Puré de verduras (12)				Sopa de cocido (1,3,6,10)		Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)	
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)				Sautéed broccoli and cauliflower				Creamy of vegetables soup				"Cocido" soup		Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)	
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)				Empanada casera de pisto al horno (tomate, calabacín, pimiento rojo, verde, cebolla) con ens. Lechuga y maíz (1,3,5,6,7,8,10,11)				Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano				Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)		Curry suave de pollo con tomate asado (7)	
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)				Homemade "pisto" pastry and salad				Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato				Chick-peas stew with meat, potatoes and carrots		Curry chicken & roasted tomato	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
26				27				28				22		23 - FRANCE FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Espaguetis integrales carbonara (1,3,6,7,10)		Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Pasta carbonara		Cassoulet (organic beans soup)	
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)				Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)		Quiché Lorraine con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (1,3,5,6,7,8,10,11)	
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Breaded hake fillet and mixed salad				Ham omelette and mediterranean salad		"Quiche Lorraine" & salad (lettuce, fresh tomato, maize)	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
26				27				28				29		30 - MEDITERRANEAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)		Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Organic chick-peas & vegetables stew		Minestrone soup	
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)				Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)	
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Breaded hake fillet and mixed salad				Ham omelette and mediterranean salad		Chicken "Napolitana" & "Panzanella" salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	

Menú sin huevo, cerdo, marisco ni pescado - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY		MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY		JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
5		6		7 - Sustainable day		1	2 - GERMAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)		Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)		Pasta sin alérgenos salteada al aggio e olio	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Brown rice with homemade tomato sauce		Potato stew with vegetables		"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)		Aggio e olio pasta (allergen free)	Kartoffelsuppe (Potato soup)
<u>"Tortilla" de calabacín c/ensalada de lechuga y zanahoria (elaborada con harina de garbanzos)</u>		<u>Filete de pollo con pisto</u>		<u>Garbanzos ecológicos</u> con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)		<u>Nuggets vegetales con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (1,6)</u>	<u>Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (elaborado con harina de maíz, sin gluten)</u>
Chickpea flour zucchini omelette with salad		Chicken fillet with vegetables		Organic chick-peas & vegetables stew		Plant-based nuggets with salad	Chicken Schnitzel (allergen free) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
12		13		14		8	9 - ITALIAN FRIDAY
OFFICIAL HOLIDAYS		Crema de puerros (12)		Judías verdes con tomate (salsa casera)		Guisantes rehogados con cebolla y ajitos	Crema de berenjena al queso (7)
		Creamy of leeks soup		Green beans & homemade tomato sauce		Sautéed peas	Creamy of aubergine soup and cheese
		Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)		Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)		<u>Filete de pollo con champiñones y patatas asadas (12)</u>	<u>Lasaña (placas sin alérgenos) de atún claro y tomate con ensalada (4; bechamel sin gluten ni lactosa)</u>
		Veal meatballs with carrots and brown rice		Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad		Chicken fillet with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
19		20		21		15	16 - INDIAN FRIDAY
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)		<u>Lentejas ecológicas</u> campesinas (estofadas con verduras)		Puré de verduras (12)		<u>Sopa casera de verduras con fideos (1,3,6,10)</u>	<u>Arroz con verduras condimentado con especias</u>
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)		Organic Lentils soup & vegetables		Creamy of vegetables soup		Vegetable soup	Rice seasoned
<u>"Tortilla" francesa con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (elaborada con harina de garbanzos)</u>		<u>Pakoras vegetarianas (harina de garbanzos) caseras con ensalada</u>		Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano		<u>Complemento del cocido sin carne (garbanzos ecológicos, zanahoria, puerro, patata)</u>	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Chickpea flour omelette and salad		Homemade "pisto" pastry and salad		Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato		Chick-peas stewed with potatoes and carrots (NO MEAT)	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
26		27		28		22	23 - FRANCE FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Brócoli rehogado con ajitos		Puré de calabaza y zanahoria (12)		<u>Espaguetis sin alérgenos al ajo y orégano</u>	Cassoulet vegetal (guiso de <u>judías blancas ecológicas</u>)
Brown rice with homemade tomato sauce		Sautéed broccoli and garlic		Creamy of pumpkin and carrot soup		Sautéed pasta (allergen free)	Cassoulet (organic beans soup)
<u>Filete de pollo con ens. De zanahoria rallada y maíz</u>		Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)		<u>Taquitos de pavo salteados c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla)</u>		<u>Wok de boloñesa de soja texturizada y tricolor de vegetales (6)</u>	<u>"Tortilla" española de patata y cebolla con ensalada mixta (elaborada con harina de garbanzos)</u>
Chicken fillet with salad (shredded carrot and sweet corn)		Beans soup & vegetables		Breaded hake fillet and mixed salad		Vegetarian wok (soya protein) and vegetables	Potato "omelette" (with chickpea flour) and salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
26		27		28		29	30 - MEDITERRANEAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Brócoli rehogado con ajitos		Puré de calabaza y zanahoria (12)		<u>Garbanzos ecológicos</u> con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)
Brown rice with homemade tomato sauce		Sautéed broccoli and garlic		Creamy of pumpkin and carrot soup		Organic chick-peas & vegetables stew	Minestrone soup
<u>Filete de pollo con ens. De zanahoria rallada y maíz</u>		Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)		<u>Taquitos de pavo salteados c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla)</u>		<u>"Omelette" de calabacín c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (elaborada con harina de garbanzos)</u>	<u>Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada variada</u>
Chicken fillet with salad (shredded carrot and sweet corn)		Beans soup & vegetables		Breaded hake fillet and mixed salad		Chickpea flour zucchini omelette with salad	Chicken "Napolitana" & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert

Menú bajo en colesterol - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY				MARTES / TUESDAY				MIÉRCOLES / WEDNESDAY				JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY	
5				6				7 - Sustainable day				1		2 - GERMAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)				Coliflor salteada al pimentón				Pasta integral salteada al aggio e olio (1,3,6,10)		Guiso de patatas con vegetales (12)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Potato stew with vegetables				Sautéed cauliflower and paprika				Aggio e olio pasta (whole grain pasta)		Potato and vegetable soup	
Revuelto de huevo c/ensalada de lechuga y zanahoria (3)				Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)				Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)		Filete de pollo al limón (plancha) con ensalada	
Scrambled eggs & salad				Herby hake fillet with vegetables				Organic chick-peas & vegetables stew				Grilled salmon and tarragon with salad		Grilled chicken fillet and salad	
Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
12				13				14				8		9 - ITALIAN FRIDAY	
OFFICIAL HOLIDAYS				Crema de puerros (12)				Judías verdes rehogadas				Sopa de cocido (1,3,6,10). Desgrasada.		Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)	
				Creamy of leeks soup				Sautéed green beans				"Cocido" soup		Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)	
				Fil. De merluza a la plancha con ajo y perejil y guarnición de arroz integral (4)				Tortilla francesa con ensalada variada (3)				Complemento del cocido sin chorizo ni carnes grasas (garbanzos ecológicos)		Pollo al horno con toque de curry y tomate asado	
				Grilled fish fillet and brown rice				Plain omelette and salad				Chick-peas stew with meat, potatoes and carrots		Grilled chicken with a fine touch of curry and roasted tomato	
				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
19				20				21				15		16 - INDIAN FRIDAY	
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)				Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)				Puré de verduras (12)				Espaguetis integrales salteados al ajo y orégano (1,3,6,10)		Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)	
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)				Organic Lentils soup & vegetables				Creamy of vegetables soup				Wholewheat spaghetti sautéed with garlic and oregano		Cassoulet (organic beans soup)	
Huevos revueltos con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (3)				Empanada casera de pisto al horno (tomate, calabacín, pimiento rojo, verde, cebolla) con ens. Lechuga y maíz (1,3,5,6,7,8,10,11)				Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano				Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)		Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)	
Scrambled eggs & salad (lettuce, maize, carrot)				Homemade "pisto" pastry and salad				Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato				Grilled salmon fillet		French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)	
Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
26				27				28				22		23 - FRANCE FRIDAY	
Arroz integral salteado con verduras				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)		Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)	
Brown rice with vegetables				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Organic chick-peas & vegetables stew		Minestrone soup	
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. De merluza a la plancha c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (4)				Omelette de calabacín c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)	
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Grilled hake fillet and mixed salad				Zucchini omelette and mediterranean salad		Chicken "Napolitana" & "Panzanella" salad	
Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	

Menú sin nueces - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY				MARTES / TUESDAY				MIÉRCOLES / WEDNESDAY				JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY	
5				6				7 - Sustainable day				1		2 - GERMAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)				Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)				Pasta integral salteada al aggio e olio (1,3,6,10)		Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Potato stew with vegetables				"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)				Aggio e olio pasta (whole grain pasta)		Kartoffelsuppe (Potato soup)	
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)				Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)				Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)		Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)	
Scrambled eggs with cheese & salad				Herby hake fillet with vegetables				Organic chick-peas & vegetables stew				Grilled salmon and tarragon with salad		Chicken Schnitzel & salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
12				13				14				8		9 - ITALIAN FRIDAY	
OFFICIAL HOLIDAYS				Crema de puerros (12)				Judías verdes con tomate (salsa casera)				Sautéed peas		Crema de berenjena al queso (7)	
				Creamy of leeks soup				Green beans & homemade tomato sauce				"Cocido" soup		Creamy of aubergine soup and cheese	
				Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)				Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)				Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)		Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)	
				Veal meatballs with carrots and brown rice				Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad				Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes		Tuna Lasagna & salad	
				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
19				20				21				15		16 - INDIAN FRIDAY	
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)				Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)				Puré de verduras (12)				Sopa de cocido (1,3,6,10)		Kedgerie Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)	
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)				Organic Lentils soup & vegetables				Creamy of vegetables soup				"Cocido" soup		Kedgerie (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)	
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)				Pakoras vegetarianas caseras con ensalada				Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano				Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)		Curry suave de pollo con tomate asado (7)	
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)				Homemade "pisto" pastry and salad				Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato				Chick-peas stew with meat, potatoes and carrots		Curry chicken & roasted tomato	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
26				27				28				22		23 - FRANCE FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Espaguetis integrales carbonara (1,3,6,7,10)		Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Pasta carbonara		Cassoulet (organic beans soup)	
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)				Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)	
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Breaded hake fillet and mixed salad				Ham omelette and mediterranean salad		Chicken "Napolitana" & "Panzanella" salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	

Menú sin nueces, sésamo ni mostaza - OCTOBER 2026



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	Altramuzes	Moluscos

Water served as standard beverage with all meals.
Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
5	6	7 - Sustainable day	1	2 - GERMAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)	Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)	Pasta sin alérgenos salteada al aggio e olio	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Brown rice with homemade tomato sauce	Potato stew with vegetables	"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)	Aggio e olio pasta (allergen free)	Kartoffelsuppe (Potato soup)
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)	Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)	Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)	Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (elaborado con harina de maíz, sin gluten)
Scrambled eggs with cheese & salad	Herby hake fillet with vegetables	Organic chick-peas & vegetables stew	Grilled salmon and tarragon with salad	Chicken Schnitzel (allergen free) & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
12	13	14	8	9 - ITALIAN FRIDAY
OFFICIAL HOLIDAYS	Crema de puerros (12)	Judías verdes con tomate (salsa casera)	Guisantes rehogados con cebolla y ajitos	Crema de berenjena al queso (7)
	Creamy of leeks soup	Green beans & homemade tomato sauce	Sautéed peas	Creamy of aubergine soup and cheese
	Filete de pollo con zanahorias y guarnición de arroz integral	Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)	Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña (placas sin alérgenos) de atún claro y tomate con ensalada (4; bechamel sin gluten ni lactosa)
	Chicken fillet with carrots & rice	Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad	Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
19	20	21	15	16 - INDIAN FRIDAY
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de verduras (12)	Sopa de cocido (fideos sin alérgenos)	Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Organic Lentils soup & vegetables	Creamy of vegetables soup	"Cocido" soup	Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Huevos revueltos con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (3)	Pakorras vegetarianas caseras con ensalada	Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Scrambled eggs & salad (lettuce, maize, carrot)	Homemade "pisto" pastry and salad	Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato	Chick-peas stew with meat, potatoes and carrots	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
26	27	28	22	23 - FRANCE FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Brócoli rehogado con ajitos	Puré de calabaza y zanahoria (12)	Espaguetis sin alérgenos al ajo y orégano	Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)
Brown rice with homemade tomato sauce	Sautéed broccoli and garlic	Creamy of pumpkin and carrot soup	Sautéed pasta (allergen free)	Cassoulet (organic beans soup)
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Fil. merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (4; elaborada con harina de maíz)	Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)	Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)	Beans soup & vegetables	Breaded (allergen free) hake fillet and mixed salad	Grilled salmon fillet	French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
30	31	32	29	30 - MEDITERRANEAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Brócoli rehogado con ajitos	Puré de calabaza y zanahoria (12)	Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)
Brown rice with homemade tomato sauce	Sautéed broccoli and garlic	Creamy of pumpkin and carrot soup	Organic chick-peas & vegetables stew	Minestrone soup
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Fil. merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (4; elaborada con harina de maíz)	Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)	Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada variada
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)	Beans soup & vegetables	Breaded (allergen free) hake fillet and mixed salad	Ham omelette and mediterranean salad	Chicken "Napolitana" & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert

Menú ovolacteo vegetariano - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY		MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY		JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
5		6		7 - Sustainable day		1	2 - GERMAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)		Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)		Pasta integral salteada al aggio e olio (1,3,6,10)	Guiso de patatas con vegetales (12)
Brown rice with homemade tomato sauce		Potato stew with vegetables		"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)		Aggio e olio pasta (whole grain pasta)	Potato and vegetable soup
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)		Falafel con pisto (1,9,10)		Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)		Nuggets vegetales con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (1,6)	Hamburguesa vegetal con ensalada (1,3,7,9)
Scrambled eggs with cheese & salad		Falafel with vegetables		Organic chick-peas & vegetables stew		Plant-based nuggets with salad	Plant based burger & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
12		13		14		8	9 - ITALIAN FRIDAY
OFFICIAL HOLIDAYS		Crema de puerros (12)		Judías verdes con tomate (salsa casera)		Guisantes rehogados con cebolla y ajitos	Crema de berenjena al queso (7)
		Creamy of leeks soup		Green beans & homemade tomato sauce		Sautéed peas	Creamy of aubergine soup and cheese
		Albóndigas vegetales con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)		Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)		Patatas rellenas de champiñones y vegetales	Lasaña de boloñesa vegetal (soja) y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)
		Vegetarian burger with carrots & rice		Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad		Stuffed potatoes (vegetables, mushrooms)	Vegetarian Lasagna & salad
		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
19		20		21		15	16 - INDIAN FRIDAY
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)		Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)		Puré de verduras (12)		Sopa casera de verduras con fideos (1,3,6,10)	Arroz con verduras condimentado con especias
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)		Organic Lentils soup & vegetables		Creamy of vegetables soup		Vegetable soup	Rice seasoned
Salchichas vegetales con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,6,10)		Empanada casera de pisto al horno (tomate, calabacín, pimiento rojo, verde, cebolla) con ens. Lechuga y maíz (1,3,5,6,7,8,10,11)		Fajitas de tofu con pimientos y guarnición de picadillo de tomate aliñado (1)		Complemento del cocido sin carne (garbanzos, ecológicos, zanahoria, puerro, patata)	Curry suave de tofu con tomate asado (7)
Plant based sausages & salad (lettuce, maize, carrot)		Homemade "pisto" pastry and salad		Tofu "fajita" with chopped tomato		Chick-peas stewed with potatoes and carrots (NO MEAT)	Curry tofu & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
26		27		28		22	23 - FRANCE FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Brócoli rehogado con ajitos		Puré de calabaza y zanahoria (12)		Espaguetis integrales salteados al ajo y orégano (1,3,6,10)	Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)
Brown rice with homemade tomato sauce		Sautéed broccoli and garlic		Creamy of pumpkin and carrot soup		Wholewheat spaghetti sautéed with garlic and oregano	Cassoulet (organic beans soup)
Tortilla de champiñones con ens. De zanahoria rallada y maíz (3)		Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)		Fingers vegetales c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla)		Wok de boloñesa de soja texturizada y tricolor de vegetales (6)	Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)
Mushrooms omelette w/salad (shreded carrot and sweet corn)		Beans soup & vegetables		Vegetarian fingers and mixed salad		Vegetarian wok (soya protein) and vegetables	French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
26		27		28		29	30 - MEDITERRANEAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Brócoli rehogado con ajitos		Puré de calabaza y zanahoria (12)		Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)
Brown rice with homemade tomato sauce		Sautéed broccoli and garlic		Creamy of pumpkin and carrot soup		Organic chick-peas & vegetables stew	Minestrone soup
Tortilla de champiñones con ens. De zanahoria rallada y maíz (3)		Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)		Fingers vegetales c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla)		Omelette de calabacín c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)	"Pollo" vegano a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,6,10)
Mushrooms omelette w/salad (shreded carrot and sweet corn)		Beans soup & vegetables		Vegetarian fingers and mixed salad		Zucchini omelette and mediterranean salad	Plant based "chicken" "Napolitana" & "Panzanella" salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert

Menú sin pescado - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY		MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY		JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
5		6		7 - Sustainable day		1	2 - GERMAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimienta verde y rojo, cebolla)		Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)		Pasta integral salteada al aglio e olio (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Brown rice with homemade tomato sauce		Potato stew with vegetables		"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)		Aglio e olio pasta (whole grain pasta)	Kartoffelsuppe (Potato soup)
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)		Filete de pollo con pisto		Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimienta verde, cebolla)		Taquitos de cerdo salteados con ensalada (lechuga, tomate, maíz)	Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
Scrambled eggs with cheese & salad		Chicken fillet with vegetables		Organic chick-peas & vegetables stew		Grilled diced pork with salad	Chicken Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
12		13		14		8	9 - ITALIAN FRIDAY
OFFICIAL HOLIDAYS		Crema de puerros (12)		Judías verdes con tomate (salsa casera)		Guisantes rehogados con cebolla y ajitos	Crema de berenjena al queso (7)
		Creamy of leeks soup		Green beans & homemade tomato sauce		Sautéed peas	Creamy of aubergine soup and cheese
		Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)		Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)		Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de boloñesa de soja y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)
		Veal meatballs with carrots and brown rice		Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad		Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes	Vegetarian Lasagna & salad
		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
19		20		21		15	16 - INDIAN FRIDAY
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimienta verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)		Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)		Puré de verduras (12)		Sopa de cocido (1,3,6,10)	Arroz con verduras condimentado con especias
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)		Organic Lentils soup & vegetables		Creamy of vegetables soup		"Cocido" soup	Rice seasoned
Huevos revueltos con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (3)		Empanada casera de pisto al horno (tomate, calabacín, pimienta roja, verde, cebolla) con ens. Lechuga y maíz (1,3,5,6,7,8,10,11)		Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano		Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Scrambled eggs & salad (lettuce, maize, carrot)		Homemade "pisto" pastry and salad		Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato		Chick-peas stew with meat, potatoes and carrots	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
26		27		28		22	23 - FRANCE FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Brócoli rehogado con ajitos		Puré de calabaza y zanahoria (12)		Espaguetis integrales carbonara (1,3,6,7,10)	Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)
Brown rice with homemade tomato sauce		Sautéed broccoli and garlic		Creamy of pumpkin and carrot soup		Pasta carbonara	Cassoulet (organic beans soup)
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz		Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)		Taquitos de pavo salteados c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla)		Lomo de cerdo a la plancha y ensalada de lechuga y cebolla	Quiché Lorraine con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (1,3,5,6,7,8,10,11)
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)		Beans soup & vegetables		Breaded hake fillet and mixed salad		Grilled pork loin	"Quiche Lorraine" & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
26		27		28		29	30 - MEDITERRANEAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Brócoli rehogado con ajitos		Puré de calabaza y zanahoria (12)		Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimienta verde, cebolla)	Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)
Brown rice with homemade tomato sauce		Sautéed broccoli and garlic		Creamy of pumpkin and carrot soup		Organic chick-peas & vegetables stew	Minestrone soup
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz		Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)		Taquitos de pavo salteados c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla)		Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)	Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)		Beans soup & vegetables		Breaded hake fillet and mixed salad		Ham omelette and mediterranean salad	Chicken "Napolitana" & "Panzanella" salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert

Menú sin pescado azul - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.
Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
5	6	7 - Sustainable day	1	2 - GERMAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)	Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)	Pasta integral salteada al aggio e olio (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Brown rice with homemade tomato sauce	Potato stew with vegetables	"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)	Aggio e olio pasta (whole grain pasta)	Kartoffelsuppe (Potato soup)
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)	Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)	Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Taquitos de cerdo salteados con ensalada (lechuga, tomate, maíz)	Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,7,10)
Scrambled eggs with cheese & salad	Herby hake fillet with vegetables	Organic chick-peas & vegetables stew	Grilled diced pork with salad	Chicken Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
12	13	14	8	9 - ITALIAN FRIDAY
OFFICIAL HOLIDAYS	Crema de puerros (12)	Judías verdes con tomate (salsa casera)	Guisantes rehogados con cebolla y ajitos	Crema de berenjena al queso (7)
	Creamy of leeks soup	Green beans & homemade tomato sauce	Sautéed peas	Creamy of aubergine soup and cheese
	Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)	Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)	Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de boloñesa vegetal (soja) y tomate con ensalada (1,3,4,6,7,10)
	Veal meatballs with carrots and brown rice	Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad	Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes	Vegetarian Lasagna & salad
	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
19	20	21	15	16 - INDIAN FRIDAY
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)	Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)	Puré de verduras (12)	Sopa de cocido (1,3,6,10)	Arroz con verduras condimentado con especias
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)	Organic Lentils soup & vegetables	Creamy of vegetables soup	"Cocido" soup	Rice seasoned
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)	Empanada casera de pisto al horno (tomate, calabacín, pimiento rojo, verde, cebolla) con ens. Lechuga y maíz (1,3,5,6,7,8,10,11)	Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)	Curry suave de pollo con tomate asado (7)
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)	Homemade "pisto" pastry and salad	Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato	Chick-peas stew with meat, potatoes and carrots	Curry chicken & roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
26	27	28	22	23 - FRANCE FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Brócoli rehogado con ajitos	Puré de calabaza y zanahoria (12)	Espaguetis integrales carbonara (1,3,6,7,10)	Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)
Brown rice with homemade tomato sauce	Sautéed broccoli and garlic	Creamy of pumpkin and carrot soup	Pasta carbonara	Cassoulet (organic beans soup)
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)	Lomo de cerdo a la plancha y ensalada de lechuga y cebolla	Quiché Lorraine con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (1,3,5,6,7,8,10,11)
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)	Beans soup & vegetables	Breaded hake fillet and mixed salad	Grilled pork loin	"Quiche Lorraine" & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert
26	27	28	29	30 - MEDITERRANEAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate	Brócoli rehogado con ajitos	Puré de calabaza y zanahoria (12)	Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)
Brown rice with homemade tomato sauce	Sautéed broccoli and garlic	Creamy of pumpkin and carrot soup	Organic chick-peas & vegetables stew	Minestrone soup
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz	Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)	Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)	Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)	Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,3,6,7,10)
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)	Beans soup & vegetables	Breaded hake fillet and mixed salad	Ham omelette and mediterranean salad	Chicken "Napolitana" & "Panzanella" salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert

Menú pesquetariano - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY				MARTES / TUESDAY				MIÉRCOLES / WEDNESDAY				JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY	
5				6				7 - Sustainable day				1		2 - GERMAN FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimienta verde y rojo, cebolla)				Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)				Pasta integral salteada al aglio e olio (1,3,6,10)		Guiso de patatas con vegetales (12)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Potato stew with vegetables				"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)				Aglio e olio pasta (whole grain pasta)		Potato and vegetable soup	
Revuelto de huevo y queso c/ensalada de lechuga y zanahoria (3,7)				Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimienta verde, cebolla)				Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)		Hamburguesa vegetal con ensalada (1,3,7,9)	
Scrambled eggs with cheese & salad				Herby hake fillet with vegetables				Organic chick-peas & vegetables stew				Grilled salmon and tarragon with salad		Plant based burger & salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
12				13				14				8		9 - ITALIAN FRIDAY	
OFFICIAL HOLIDAYS				Crema de puerros (12)				Judías verdes con tomate (salsa casera)				Sopa casera de verduras con fideos (1,3,6,10)		Arroz con verduras condimentado con especias	
				Creamy of leeks soup				Green beans & homemade tomato sauce				Vegetable soup		Rice seasoned	
				Albóndigas vegetales con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)				Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)				Complemento del cocido sin carne (garbanzos ecológicos, zanahoria, puerro, patata)		Curry suave de tofu con tomate asado (7)	
				Vegetarian burger with carrots & rice				Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad				Chick-peas stewed with potatoes and carrots (NO MEAT)		Curry tofu & roasted tomato	
				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
19				20				21				15		16 - INDIAN FRIDAY	
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimienta verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)				Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)				Puré de verduras (12)				Espaguetis integrales salteados al ajo y orégano (1,3,6,10)		Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)	
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)				Organic Lentils soup & vegetables				Creamy of vegetables soup				Wholewheat spaghetti sautéed with garlic and oregano		Cassoulet (organic beans soup)	
Salchichas vegetales con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,6,10)				Empanada casera de pisto al horno (tomate, calabacín, pimienta roja, verde, cebolla) con ens. Lechuga y maíz (1,3,5,6,7,8,10,11)				Fajitas de tofu con pimientos y guarnición de picadillo de tomate aliñado (1)				Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)		Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)	
Plant based sausages & salad (lettuce, maize, carrot)				Homemade "pisto" pastry and salad				Tofu "fajita" with chopped tomato				Grilled salmon fillet		French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	
26				27				28				22		23 - FRANCE FRIDAY	
Arroz integral con salsa casera de tomate				Brócoli rehogado con ajitos				Puré de calabaza y zanahoria (12)				Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimienta verde, cebolla)		Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)	
Brown rice with homemade tomato sauce				Sautéed broccoli and garlic				Creamy of pumpkin and carrot soup				Organic chick-peas & vegetables stew		Minestrone soup	
Tortilla de champiñones con ens. De zanahoria rallada y maíz (3)				Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)				Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)				Omelette de calabacín c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)		"Pollo" vegano a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada Panzanella (1,6,10)	
Mushrooms omelette w/salad (shreded carrot and sweet corn)				Beans soup & vegetables				Breaded hake fillet and mixed salad				Zucchini omelette and mediterranean salad		Plant based "chicken" "Napolitana" & "Panzanella" salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread				Fruta de temporada / Seasonal fruit				Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Yogur natural sin azúcar (7) / Dairy dessert	

Menú sin proteína de la leche - OCTOBER 2026



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

Water served as standard beverage with all meals.

Menu created by the Nutrition Department and reviewed by Operations Hastings School.

LUNES / MONDAY		MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY		JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
5		6		7 - Sustainable day		1	2 - GERMAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Patatas guisadas con verduras (zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla)		Coliflor Orly casera (harina de maíz, no huevo)		Pasta integral salteada al aggio e olio (1,3,6,10)	Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)
Brown rice with homemade tomato sauce		Potato stew with vegetables		"Orly" cauliflower (corn flour, no egg)		Aggio e olio pasta (whole grain pasta)	Kartoffelsuppe (Potato soup)
Revuelto de huevo c/ensalada de lechuga y zanahoria (3)		Fil. de merluza a las finas hierbas con pisto (4,12)		Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)		Salmón al estragón (horno) con ensalada (lechuga, tomate, maíz) (4)	Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada (1,3,6,10). NO QUESO.
Scrambled eggs & salad		Herby hake fillet with vegetables		Organic chick-peas & vegetables stew		Grilled salmon and tarragon with salad	Chicken Schnitzel & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
12		13		14		8	9 - ITALIAN FRIDAY
OFFICIAL HOLIDAYS		Crema de puerros (12)		Judías verdes con tomate (salsa casera)		Guisantes rehogados con cebolla y ajitos	Crema de berenjena (sin queso)
		Creamy of leeks soup		Green beans & homemade tomato sauce		Sautéed peas	Creamy of aubergine soup and cheese
		Albóndigas de ternera con zanahorias y guarnición de arroz integral (10,11,12)		Tortilla española (elaborada con harina de garbanzos) y ensalada variada (12)		Magro de cerdo en salsa casera con champiñones y patatas asadas (12)	Lasaña de atún claro y tomate con ensalada (1,3,4,6,10); bechamel sin gluten ni lactosa)
		Veal meatballs with carrots and brown rice		Spanish potato omelette (with chickpeas flour) and salad		Diced pork in sauce with mushrooms and diced potatoes	Tuna Lasagna & salad
		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
19		20		21		15	16 - INDIAN FRIDAY
Arroz al estilo Pilaf (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla, ajo champiñones)		Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)		Puré de verduras (12)		Sopa de cocido (1,3,6,10)	Kedgeriee Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Vegetarian fideua (carrot, assorted pepper, onion, mushrooms)		Organic Lentils soup & vegetables		Creamy of vegetables soup		"Cocido" soup	Kedgeriee (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
Huevos revueltos con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (3)		Pakorras vegetarianas caseras con ensalada		Pollo asado al laurel con picadillo de tomate aliñado con AOVE y orégano		Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)	Pollo al horno con toque de curry y tomate asado
Scrambled eggs & salad (lettuce, maize, carrot)		Homemade "pisto" pastry and salad		Roasted chicken & bay leaves with chopped tomato		Chick-peas stew with meat, potatoes and carrots	Grilled chicken with a fine touch of curry and roasted tomato
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
26		27		28		22	23 - FRANCE FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Brócoli rehogado con ajitos		Puré de calabaza y zanahoria (12)		Espaguetis integrales carbonara (1,3,6,7,10)	Cassoulet vegetal (guiso de judías blancas ecológicas)
Brown rice with homemade tomato sauce		Sautéed broccoli and garlic		Creamy of pumpkin and carrot soup		Pasta carbonara	Cassoulet (organic beans soup)
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz		Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)		Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)		Salmón al horno con toque de estragón y ensalada de lechuga y cebolla (4)	Tortilla francesa con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (3)
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)		Beans soup & vegetables		Breaded hake fillet and mixed salad		Grilled salmon fillet	French omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert
26		27		28		29	30 - MEDITERRANEAN FRIDAY
Arroz integral con salsa casera de tomate		Brócoli rehogado con ajitos		Puré de calabaza y zanahoria (12)		Garbanzos ecológicos con verduras (zanahoria, patata, puerro, pimiento verde, cebolla)	Sopa Minestrone (zanahoria, puerro, apio, cebolla, patata, ajo) (9)
Brown rice with homemade tomato sauce		Sautéed broccoli and garlic		Creamy of pumpkin and carrot soup		Organic chick-peas & vegetables stew	Minestrone soup
Cinta de lomo fresca con ens. De zanahoria rallada y maíz		Judías pintas campesinas (estofadas con verduras)		Fil. De merluza a la andaluza casera c/ensalada (lechuga, tomate, cebolla) (1,3,4,6,10)		Omelette de jamón c/ens.variada (lechuga, tomate, aceitunas) (3)	Pollo a la Napolitana (sin rebozar) con ensalada
Grilled pork loin with salad (shredded carrot and sweet corn)		Beans soup & vegetables		Breaded hake fillet and mixed salad		Ham omelette and mediterranean salad	Chicken "Napolitana" & salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta y pan integral / Fruit & wholemeal bread	Postre de soja (vainilla) (6) / Soya dessert