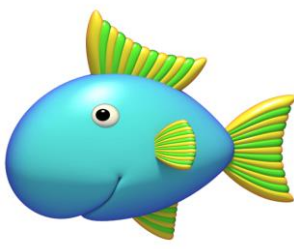




LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>El pescado tiene buena proteína, ¡no me lo voy a perder porque me ayuda a crecer! <i>Fish has a high protein. I need it for growing!</i></p> 			1 JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS CON CHORIZO (6) White beans stew with chorizo (6)	2 MACARRONES CON CARNE PICADA MIXTA Y TOMATE (1)(Tr.:3) Macaroni with mince meat and tomato sauce (1)(Tr.:3)
			JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO Baked chicken drumsticks Con ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA (Tr.:12) With Lettuce, sweet corn and carrot salad (Tr.:12)	LOMITOS DE MERLUZA AL HORNO CON AJO Y PEREJIL (4) Baked loin hake with garlic and parsley (4) Con ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAIZ With Lettuce, olives and sweet corn salad
			FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)
			KCal:663 Gr.:23 HC:63 Pro: 42	KCal:656 Gr.:19 HC:84 Pro: 30
5 JUDIAS VERDES GUIADAS CON PATATA Y CHORIZO (6) Green beans, potatoes and chorizo stew (6)	6 ESPAGUETIS A LA CARBONARA (con nata, queso y bacon) (1, 3, 7) Spaghetti carbonara (1, 3, 7)	7 CREMA DE CALABACIN (7) Zucchini creamy soup (7)	8 SOPA DE COCIDO (1)(Tr.:3) Cocido soup (1)(Tr.:3)	9 ARROZ A LA MARINERA (con pescado y marisco) (2, 4, 12, 14) Rice stew with seafood (2, 4, 12, 14)
CINTA DE LOMO DE CERDO FRESCA A LA PLANCHA Griddle pork loin Con ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA (Tr.:12) With Lettuce, sweet corn and carrot salad (Tr.:12)	COLITAS DE BACALAO AL AJORRIERO (con ajo y pimentón) (4) Baked cod with garlic and paprika (4) Con ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA (Tr.:12) With Lettuce, tomato and carrots salad (Tr.:12)	RAGOUT DE TERNERA (ternera estofada con cebolla, zanahoria y puerro) Beef stew Con PATATAS FRITAS With Fried potatoes	COCIDO MADRILEÑO (garbanzos con morcillo, pollo, chorizo y verduras) (6) Chickpeas stew (6)	TORTILLA DE PATATA (3) Spanish omelette (3) Con VERDURITAS REHOGADAS With Vegetables
FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)	NATILLAS DE VAINILLA (7) Vanilla custard (7)	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)
KCal:691 Gr.:39 HC:51 Pro: 29	KCal:661 Gr.:24 HC:74 Pro: 33	KCal:643 Gr.:29 HC:60 Pro: 31	KCal:751 Gr.:24 HC:80 Pro: 46	KCal:794 Gr.:27 HC:99 Pro: 25
12 LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS Lentils stew with vegetables	13 PURE DE VERDURAS Vegetables puree	14 PATATAS GUIADAS CON TERNERA Potato stew with beef		
MERLUZA A LA ANDALUZA (al horno con salsa de pimiento, cebolla, perejil y ajo) (4) Baked hake with onion and red pepper sauce (4) Con ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA (Tr.:12) With Lettuce, tomato and carrots salad (Tr.:12)	POLLO ASADO AL LIMON Roasted chicken with lemon Con ARROZ BLANCO With White rice	BUÑUELOS DE BACALAO (1, 4, 7) Cod puffs (1, 4, 7) Con JUDIAS VERDES SALTEADAS With Sautéed green beans		
FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)	GELATINA DE SABORES Jelly	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)		
KCal:560 Gr.:15 HC:66 Pro: 33	KCal:518 Gr.:22 HC:56 Pro: 21	KCal:755 Gr.:32 HC:75 Pro: 36		
19 ARROZ BLANCO CON TOMATE Y TAQUITOS DE YORK (6) Rice with ham and tomato sauce (6)	20 JUDIAS PINTAS ESTOFADAS CON CHORIZO (6) Kidney beans stew with chorizo (6)	21 CODITOS CON PAVO Y TOMATE (1, 6)(Tr.:3) Pasta with turkey and tomato sauce (1, 6)(Tr.:3)	22 SOPA DE COCIDO (1)(Tr.:3) Cocido soup (1)(Tr.:3)	23 CREMA DE ZANAHORIAS (7) Carrots creamy soup (7)
COLITAS DE BACALAO AL HORNO (4) Baked cod (4) Con GUIANTES REHOGADOS With Peas with garlic	FILETE DE POLLO EMPANADO (1, 3)(Tr.:6, 11, 12) Breaded chicken fillet (1, 3)(Tr.:6, 11, 12) Con ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA (Tr.:12) With Lettuce, tomato and carrots salad (Tr.:12)	TORTILLA DE PATATA Y ATUN (3, 4) Potato and tuna omelette (3, 4) Con ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA (Tr.:12) With Lettuce, sweet corn and carrot salad (Tr.:12)	COCIDO MADRILEÑO (garbanzos con morcillo, pollo, chorizo y verduras) (6) Chickpeas stew (6)	TERNERA GUIADA CON VERDURAS Beef stew with vegetables Con PURE DE PATATAS (Tr.:7) With Potatoes puree (Tr.:7)
FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)	YOGUR (7) Yoghurt (7)	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)
KCal:706 Gr.:20 HC:94 Pro: 33	KCal:734 Gr.:30 HC:65 Pro: 42	KCal:706 Gr.:28 HC:75 Pro: 34	KCal:751 Gr.:24 HC:80 Pro: 46	KCal:649 Gr.:21 HC:77 Pro: 33
26 LENTEJAS ESTOFADAS CON JAMON SERRANO (7) Lentils stew with ham (7)	27 COLIFLOR GRATINADA (3, 7) Grilled cauliflower (3, 7)	28 PAELLA CON MAGRO Y MARISCO (2, 4, 12, 14) Seafood and pork paella (2, 4, 12, 14)	 <p>La fruta durante este mes variará entre: manzana, plátano, pera, naranja y mandarina. The piece of fruit served with the menu this month will be one of the following: apple, banana, pear, orange and tangerine.</p> <p>Con el menú se ofrece pan y agua todos los días. Bread and water are served with the menu.</p>	
MERLUZA AL HORNO EN SALSA DE LIMÓN (4) Baked hake with lemon sauce (4) Con ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA (Tr.:12) With Lettuce, sweet corn and carrot salad (Tr.:12)	HAMBURGUESA EN SALSA (carne de cerdo y ternera) (1, 3)(Tr.:6, 11, 12) Hamburger with vegetables sauce (1, 3)(Tr.:6, 11, 12) Con PATATAS FRITAS With Fried potatoes	HUEVOS RELLENOS (huevos cocidos con atún, tomate y mayonesa) (3, 4) Boiled egg with tuna, tomato and mayonnaise (3, 4) Con ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAIZ With Lettuce, olives and sweet corn salad		
FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)		
KCal:623 Gr.:19 HC:64 Pro: 42	KCal:643 Gr.:26 HC:54 Pro: 35	KCal:839 Gr.:34 HC:91 Pro: 34		

Contenido de alérgenos en el producto final según el Reglamento Nº1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo de 25 de octubre de 2011, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor:

1-Gluten 2-Crustáceos 3-Huevo 4-Pescado 5- Cacahuets 6-Soja 7-Leche y lactosa 8-Frutos de cáscara 9-Apio 10-Mostaza 11-Sésamo 12-Sulfitos 13-Altramuces 14-Moluscos Tr- Trazas

Recomendaciones para la cena/suggestions for dinner:
Semana/week 1-2 febrero/february 2018

 Día 1: verdura y pavo. / day 1: vegetables and turkey.
 Día 2: verdura y pescado. / day 2: vegetables and fish.

Semana/week 5-9 febrero/february 2018

 Día 5: sopa y ternera. / day 5: soup and beef.
 Día 6: verdura y huevo. / day 6: soup and egg.
 Día 7: ensalada y conejo. / day 7: salad and rabbit.
 Día 8: verdura y pescado. / day 8: vegetables and fish.
 Día 9: verdura y cerdo. / day 9: vegetables and pork.

Semana/week 12-13 febrero/february 2018

 Día 12: verdura y huevo. / day 12: vegetables and egg..
 Día 13: verdura y cordero. / day 13: vegetables and lamb.
 Día 14: ensalada y cerdo. / day 14: salad and pork.
 Día 15: no lectivo. / No school today.
 Día 16: no lectivo. / No school today.

Semana/week 19-23 febrero/february 2018

 Día 19: verdura y ternera. / day 19: vegetables and beef.
 Día 20: ensalada y cerdo. / day 20: salad and pork.
 Día 21: verdura y pollo. / day 21: vegetables and chicken.
 Día 22: verdura y huevo. / day 22: vegetables and egg.
 Día 23: sopa y pescado. / day 23: rice and fish.

Semana/week 26-28 febrero/february 2018

 Día 26: verdura y huevo. / day 26: vegetables and egg.
 Día 27: pasta y pavo. / day 27: pasta and turkey.
 Día 28: verdura y pollo. / day 28: vegetables and chicken.
