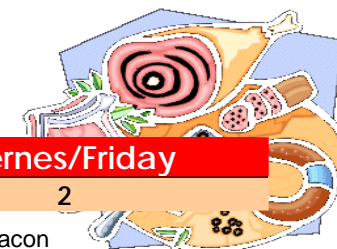




# Julio/July 2010



Lunes/Monday	Martes/Tuesday	Miércoles/Wednesday	Jueves/Thursday	Viernes/Friday
			1	2
			Ensaladilla rusa   Puré de verduras Russian salad   Creamed vegetables Albóndigas de ternera con patatas Meatballs with potatoes Postre lácteo y pan Dairy-based dessert and bread	Arroz con bacon Rice with bacon Filete de merluza Fillet of hake Fruta, leche y pan Fruit, milk and bread
5	6	7	8	9
Crema de verduras Cream of fresh vegetables Pollo asado con patatas Roast chicken with potatoes Fruta, leche y pan Fruit, milk and bread	Lentejas a la riojana Lentil stew Lacón a la gallega Galician-style cooked ham Postre lácteo y pan Dairy-based dessert and bread	Sopa de cocido Soup with vermicelli Tortilla de jamón / gambas Ham / prawn omelette Fruta, leche y pan Fruit, milk and bread	Menestra de verduras Sautéed mixed vegetables Escalopines con patatas Escalopines with potatoes Postre lácteo y pan Dairy-based dessert and bread	Tornillos carbonara Pasta carbonara Bacalao en salsa verde Cod in green sauce Fruta, leche y pan Fruit, milk and bread
12	13	14	15	16
Crema de verduras Cream of vegetables Lomo asado, pimientos y patatas Roast pork loin, peppers and chips Fruta, leche y pan Fruit, milk and bread	Sopa de estrellas Soup with star-shaped pasta Mero en salsa Groupers in sauce Postre lácteo y pan Dairy-based dessert and bread	Judías blancas con chorizo Haricot bean and chorizo stew Filete de ternera con ensalada Veal steak with salad Fruta, leche y pan Fruit, milk and bread	Paella valenciana Valencian-style paella Rollito de primavera Spring roll Postre lácteo y pan Dairy-based dessert and bread	Crema de calabacín   Albóndigas de patatas rellenas Cream of courgette   Stuffed potatoes Pollo en pepitoria Chicken and pepper stew Fruta, leche y pan Fruit, milk and bread
19	20	21	22	23
Arroz con verduras Rice with vegetables San Jacobos Ham and cheese Fruta, leche y pan Fruit, milk and bread	Judías verdes rehogadas Sautéed green beans Redondo de ternera con guarnición Roast veal with trimmings Postre lácteo y pan Dairy-based dessert and bread	Macarrones con salsa de tomate Macarrón in tomato sauce Lenguado a la meniere Sole meunière Fruta, leche y pan Fruit, milk and bread	Melón con jamón   Sopa de cocido Melon with ham   Soup Tortilla de patata con ensalada Potato omelette with salad Postre lácteo y pan Dairy-based dessert and bread	Ensalada campera Country-style potato salad Croquetas caseras con ensalada Homemade croquettes with salad Fruta, leche y pan Fruit, milk and bread
26	27	28	29	30
Crema de patatas y calabaza Cream of potato and squash Magro con tomate Pork in tomato sauce Fruta, leche y pan Fruit, milk and bread	Menestra de verduras Sautéed mixed vegetables Albóndigas de pollo con patatas Chicken meatballs with potatoes Postre lácteo y pan Dairy-based dessert and bread	Arroz a la americana American-style rice Atún con tomate Tuna in tomato sauce Fruta, leche y pan Fruit, milk and bread	Crema de verduras Cream of vegetables Lasaña de carne / verduras Meat / vegetable lasagne Postre lácteo y pan Dairy-based dessert and bread	Gazpacho   Sopa de lluvia Gazpacho   Soup with pearl-shaped pasta Hamburguesa con tomate, lechuga y patatas fritas Hamburger with lettuce, tomato and chips Helado y pan Ice-cream and bread

TODOS LOS ALUMNOS PODRÁN REPETIR LAS VECES QUE DESEEN, DESPUÉS DE HABER COMIDO PRIMER Y SEGUNDO PLATOS.

Es conveniente que los niños vengán bien desayunados al Colegio.

- El pescado será de las variedades: merluza, pescadilla, salmón, panga, mero, ... (según mercado). El pescado fresco será congelado durante 24-48 horas a -20 °C, según la normativa vigente (RD 1420/2006).
- Los productos lácteos utilizados en el Colegio (leche, yogur, etc.) son de la marca CLESA.