

# Menú Primaria C/Ronda de Sobradriel - OCTUBRE/ OCTOBER 2024



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

MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY		JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY																																	
1		2		3		4 - FRANCE FRIDAY																																	
Fideuá mixta (1,3,6,10) (pollo y verduras)		Judías verdes rehogadas		Macarrones carbonara (1,3,6,7,10)		Cassoulet (guiso de <b>judías blancas ecológicas</b> )																																	
Mixed "Fideua" (chicken and vegetables)		Sauteed Green beans		Pasta carbonara		Cassoulet (organic beans soup)																																	
Fil. De bacalao a la andaluza con ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)		Pollo asado a la manzana con guarnición de arroz blanco		Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas (4,12)		Quiché Lorraine con ens. Mixta (lechuga, tomate, maíz) (1,3,5,6,7,8,10,11)																																	
Breaded codfish with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)		Roasted chicken & apple with plain rice		Grilled hake fillet with herby potatoes		"Quiche Lorraine" & salad (lettuce, fresh tomato, maize)																																	
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts																																	
kcal	433	Lip	15,6	Prot	21,3	HdC	52	kcal	430	Lip	8,8	Prot	13,0	HdC	40	kcal	446	Lip	20,0	Prot	15,2	HdC	51	kcal	420	Lip	15,1	Prot	17,9	HdC	53								
7		8		9		10		11 - INDIAN FRIDAY																															
Crema de puerros con queso (3,7,12)		Espirales salteados al aggio e olio (1,3,6,10)		Sopa de cocido (1,3,6,10)		Crema de verduras de temporada (12)		Kedgeree Indio (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)																															
Creamy of leeks soup & cheese		Sautéed pasta (garlic and olive oil)		"Cocido" soup		Cream of vegetables soup		Kedgeree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)																															
Ragout de ternera con zanahorias y patatitas dado (12)		Merluza con pisto de calabacín, berenjena, tomate y pimientos (4)		Complemento del cocido ( <b>garbanzos ecológicos</b> )		Taqitos de lomo de cerdo con verduritas y patatas al horno		Curry suave de pollo con tomate asado (7)																															
Veal ragout with carrots & diced potatoes		Hake & "pisto" (zucchini, aubergine, tomato and bell peppers)		Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots		Diced pork with vegetables & roasted potato		Curry chicken & roasted tomato																															
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts																															
kcal	409	Lip	14,6	Prot	25,1	HdC	45	kcal	396	Lip	13,4	Prot	14,9	HdC	54	kcal	438	Lip	12,2	Prot	16,1	HdC	66	kcal	443	Lip	16,6	Prot	21,0	HdC	53	kcal	443	Lip	15,1	Prot	13,1	HdC	63
14		15		16		17		18 - MEXICAN FRIDAY																															
Caracolas con salsa de tomate casera y chorizo (1,3,6,10)		Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)		Judías pintas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)		Arroz Tres Delicias (zanahoria, maíz, guisantes)		Sopa mexicana (pollo y maíz) (1,3,6,10)																															
Pasta & "chorizo"		Creamy of fresh vegetables soup		Organic beans soup & vegetables		Special fried rice (carrot, sweet corn, peas)		Chicken soup & maize																															
Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras (4)		Pollo asado con ensalada		Tortilla española de patata y con tomate grillé (asado) (3,12)		Salmón a la naranja con guarnición de verduritas salteadas (4)		Fajitas de pollo con ensalada pico de gallo (1)																															
Grilled hake fillet with vegetables		Roasted Chicken & salad		Potato omelette & roast tomato		Salmon cooked in orange sauce with vegetables		Chicken fajitas & "pico de gallo"																															
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts																															
kcal	567	Lip	27,6	Prot	29,3	HdC	50	kcal	440	Lip	11,6	Prot	15,8	HdC	68	kcal	446	Lip	20,0	Prot	15,2	HdC	51	kcal	496	Lip	15,9	Prot	22,3	HdC	66	kcal	415	Lip	15,1	Prot	11,3	HdC	59
21		22		23		24		25 - GERMANY FRIDAY																															
Paella Mixta		Lentejas ecológicas campesinas (estofadas con verduras)		Puré de calabaza y zanahoria (12)		Espaguetis con salsa de tomate casera (1,3,6,10)		Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata) (6,9,12)																															
Chicken and vegetable Paella		Organic Lentils soup & vegetables		Creamy of pumpkin and carrot soup		Spaghetti with home made tomato sauce		Kartoffelsuppe (Potato soup)																															
Sepia rebozada con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,7,14)		Tortilla española de patata con ensalada de tomate aderezado con ac. Oliva y orégano (3,12)		Albóndigas de ternera en salsa casera con champiñones y con guarnición de arroz al laurel (1,6,7,12)		Fil. de merluza a las finas hierbas con patatas dado (4,12)		Schnitzel de Pollo al etilo alemán con ensalada (1,3,6,10)																															
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)		Spanish Potato Omelette with Tomato Salad		Meatballs in sauce with mushrooms and diced potatoes		Herby hake fillet with diced potatoes		Chicken Schnitzel & salad																															
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts																															
kcal	455	Lip	10,3	Prot	13,5	HdC	77	kcal	486	Lip	17,6	Prot	17,2	HdC	65	kcal	445	Lip	14,4	Prot	17,3	HdC	61	kcal	568	Lip	22,1	Prot	16,0	HdC	74	kcal	399	Lip	14,6	Prot	14,1	HdC	53
28		29		30		31																																	
<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>		<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>		<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>		<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>																																	
kcal		Lip		Prot		HdC		kcal		Lip		Prot		HdC		kcal		Lip		Prot		HdC		kcal		Lip		Prot		HdC									

# Menú Primaria sin cerdo, pescado ni ternera - OCTUBRE/ OCTOBER 2024



MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY		JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY	
1		2		3		4 - FRANCE FRIDAY	
Fideuá mixta (1,3,6,10) (pollo y verduras)		Judías verdes rehogadas		Macarrones a la Sorrentina (tomate, cebolla, berenjena) (1,3,6,10)		Cassoulet (guiso de <b>judías blancas ecológicas</b> )	
Mixed "Fideua" (chicken and vegetables)		Sautéed Green beans		Allergen free pasta "Sorrentina" (tomato sauce, onion, diced aubergine)		Cassoulet (organic beans soup)	
<b>Revuelto de huevo y calabacín con ensalada variada</b> (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (3)		Pollo asado a la manzana con guarnición de arroz blanco		<b>Nuggets vegetales con patatas hervidas a las finas hierbas</b> (1,6,9,10)		<b>Tortilla francesa de calabacín con ens. Mixta</b> (lechuga, tomate, maíz) (3)	
Scrambled egg with zucchini and salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)		Roasted chicken & apple with plain rice		Vegetarian nuggets with herby potatoes		Zucchini omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)	
<b>LUNES / MONDAY</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	
7		8		9		10	
Crema de puerros con queso (3,7,12)		Espirales salteados al aggio e olio (1,3,6,10)		Sopa de verduras (1,3,6,10)		Crema de verduras de temporada (12)	
Creamy of leeks soup & cheese		Sautéed pasta (garlic and olive oil)		Vegetables soup		Cream of vegetables soup	
<b>Tortilla francesa con zanahorias y patatitas dado</b> (3,12)		<b>Daditos de tofu con pisto de calabacín, berenjena, tomate y pimientos</b> (1,6,10)		<b>Garbanzos salteados con verduras</b>		<b>Hamburguesa casera vegetal con verduritas y patatas al horno</b> (1,6,10,12)	
Plain omelette with carrots and diced potato		Diced tofu & "pisto" (zucchini, aubergine, tomato and bell peppers)		Sautéed chick-peas & vegetables		Homemade veggie hamburger with vegetables and roasted potato	
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	
14		15		16		17	
<b>Caracolas con salsa de tomate casera y orégano</b> (1,3,6,10)		Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)		<b>Judías pintas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)		Arroz Tres Delicias (zanahoria, maíz, guisantes)	
Pasta & tomato sauce with oregano		Creamy of fresh vegetables soup		Organic beans soup & vegetables		Special fried rice (carrot, sweet corn, peas)	
<b>Huevos revueltos con jardinera de verduras</b> (3)		Pollo asado con ensalada		<b>Tortilla española de patata y con tomate grillé (asado)</b> (3,12)		<b>Falafel casero con guarnición de verduritas salteadas</b> (1,6,10)	
Scrambled eggs with vegetables		Roasted Chicken & salad		Potato omelette & roast tomato		Homemade falafel with vegetables	
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	
21		22		23		24	
<b>Paella vegetal</b>		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)		Puré de calabaza y zanahoria (12)		Espaguetis con salsa de tomate casera (1,3,6,10)	
Rice & vegetables		Organic Lentils soup & vegetables		Creamy of pumpkin and carrot soup		Spaghetti with home made tomato sauce	
<b>Pakoros vegetales con ensalada</b> (lechuga, maíz, zanahoria) (elaboradas con harina de garbanzos)		<b>Tortilla española de patata con ensalada de tomate aderezado con ac. Oliva y orégano</b> (3,12)		<b>Albóndigas vegetales en salsa casera con champiñones y con guarnición de arroz al laurel</b> (1,6,8,10,11)		<b>Tortilla francesa con toque de finas hierbas con patatas dado</b> (3,12)	
Vegetables pakoras & salad (lettuce, maize, carrot)		Spanish Potato Omelette with Tomato Salad		Veggie Meatballs in sauce with mushrooms and diced potatoes		Herby plain omelette with diced potatoes	
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	
28		29		30		31	
<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>		<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>		<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>		<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	
Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...							

# Menú Primaria sin carne ni pescado - OCTUBRE/ OCTOBER 2024



	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
	1	2	3	4 – FRANCE FRIDAY
	<b>Fideuá mixta</b> (1,3,6,10) (pollo y verduras)	<b>Judías verdes rehogadas</b>	<b>Macarrones a la Sorrentina</b> (tomate, cebolla, berenjena) (1,3,6,10)	<b>Cassoulet</b> (guiso de <b>judías blancas ecológicas</b> )
	Mixed "Fideua" (chicken and vegetables)	Sauteed Green beans	Allergen free pasta "Sorrentina" (tomato sauce, onion, diced aubergine)	Cassoulet (organic beans soup)
	<b>Revuelto de huevo y calabacín con ensalada variada</b> (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (3)	<b>Calabacín relleno de vegetales, arroz y proteína vegetal de soja</b> (1,6)	<b>Nuggets vegetales con patatas hervidas a las finas hierbas</b> (1,6,9,10)	<b>Tortilla francesa de calabacín con ens. Mixta</b> (lechuga, tomate, maíz) (3)
	Scrambled egg with zucchini and salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Stuffed zucchini with rice, vegetables and veggie protein	Vegetarian nuggets with herby potatoes	Zucchini omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
<b>LUNES / MONDAY</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts</b>
7	8	9	10	11 – INDIAN FRIDAY
<b>Crema de puerros con queso</b> (3,7,12)	<b>Espirales salteados al aggio e olio</b> (1,3,6,10)	<b>Sopa de verduras</b> (1,3,6,10)	<b>Crema de verduras de temporada</b> (12)	<b>Kedgerie Indio</b> (3) (arroz con huevo condimentado con especias)
Creamy of leeks soup & cheese	Sautéed pasta (garlic and olive oil)	Vegetables soup	Cream of vegetables soup	Kedgerie (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
<b>Tortilla francesa con zanahorias y patatitas dado</b> (3,12)	<b>Daditos de tofu con pisto de calabacín, berenjena, tomate y pimientos</b> (1,6,10)	<b>Garbanzos salteados con verduras</b>	<b>Hamburguesa casera vegetal con verduritas y patatas al horno</b> (1,6,10,12)	<b>Curry suave de seitán con tomate asado</b> (1,6,10)
Plain omelette with carrots and diced potato	Diced tofu & "pisto" (zucchini, aubergine, tomato and bell peppers)	Sautéed chick-peas & vegetables	Homemade veggie hamburger with vegetables and roasted potato	Curry seitan & roasted tomato
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts</b>
14	15	16	17	18 – MEXICAN FRIDAY
<b>Caracolas con salsa de tomate casera y orégano</b> (1,3,6,10)	<b>Puré de verduras y hortalizas de temporada</b> (12)	<b>Judías pintas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Arroz Tres Delicias</b> (zanahoria, maíz, guisantes)	<b>Sopa de maíz y verduras</b> (1,3,6,10)
Pasta & tomato sauce with oregano	Creamy of fresh vegetables soup	Organic beans soup & vegetables	Special fried rice (carrot, sweet corn, peas)	Vegetables soup & maize
<b>Huevos revueltos con jardinera de verduras</b> (3)	<b>Tomates rellenos de arroz, vegetales y bolañesa vegetal</b> (soja) (1,6)	<b>Tortilla española de patata y con tomate grillé (asado)</b> (3,12)	<b>Falafel casero con guarnición de verduritas salteadas</b> (1,6,10)	<b>Fajitas de tofu y vegetales con ensalada pico de gallo</b> (1,6,10)
Scrambled eggs with vegetables	Stuffed tomato (rice, vegetables and veggie protein)	Potato omelette & roast tomato	Homemade falafel with vegetables	Tofu and vegetables fajitas & "pico de gallo"
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts</b>
21	22	23	24	25 – GERMANY FRIDAY
<b>Paella vegetal</b>	<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Puré de calabaza y zanahoria</b> (12)	<b>Espaguetis con salsa de tomate casera</b> (1,3,6,10)	<b>Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata)</b> (6,9,12). Sin carne.
Rice & vegetables	Organic Lentils soup & vegetables	Creamy of pumpkin and carrot soup	Spaghetti with home made tomato sauce	Kartoffelsuppe (Potato soup)
<b>Pakoros vegetales con ensalada</b> (lechuga, maíz, zanahoria) (elaboradas con harina de garbanzos)	<b>Tortilla española de patata con ensalada de tomate aderezado con ac. Oliva y orégano</b> (3,12)	<b>Albóndigas vegetales en salsa casera con champiñones y con guarnición de arroz al laurel</b> (1,6,8,10,11)	<b>Tortilla francesa con toque de finas hierbas con patatas dado</b> (3,12)	<b>Schnitzel de seitán al estilo alemán con ensalada</b> (1,3,6,10)
Vegetables pakoras & salad (lettuce, maize, carrot)	Spanish Potato Omelette with Tomato Salad	Veggie Meatballs in sauce with mushrooms and diced potatoes	Herby plain omelette with diced potatoes	Seitan Schnitzel & salad
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts</b>
28	29	30	31	
<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<i>Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...</i>

# Menú Primaria sin champiñones - OCTUBRE/ OCTOBER 2024



	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
	1	2	3	4 – FRANCE FRIDAY
	<b>Fideuá mixta</b> (1,3,6,10) (pollo y verduras)	<b>Judías verdes rehogadas</b>	<b>Macarrones carbonara</b> (1,3,6,7,10)	<b>Cassoulet</b> (guiso de <b>judías blancas ecológicas</b> )
	Mixed "Fideua" (chicken and vegetables)	Sauteed Green beans	Pasta carbonara	Cassoulet (organic beans soup)
	<b>Fil. De bacalao a la andaluz con ensalada variada</b> (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)	<b>Pollo asado a la manzana</b> con guarnición de arroz blanco	<b>Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas</b> (4,12)	<b>Quiché Lorraine con ens. Mixta</b> (lechuga, tomate, maíz) (1,3,5,6,7,8,10,11)
	Breaded codfish with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Roasted chicken & apple with plain rice	Grilled hake fillet with herby potatoes	"Quiche Lorraine" & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
<b>LUNES / MONDAY</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts</b>
7	8	9	10	11 – INDIAN FRIDAY
<b>Crema de puerros con queso</b> (3,7,12)	<b>Espirales salteados al aggio e olio</b> (1,3,6,10)	<b>Sopa de cocido</b> (1,3,6,10)	<b>Crema de verduras de temporada</b> (12)	<b>Kedgeree Indio</b> (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Creamy of leeks soup & cheese	Sautéed pasta (garlic and olive oil)	"Cocido" soup	Cream of vegetables soup	Kedgeree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
<b>Ragout de ternera con zanahorias y patatitas dado</b> (12)	<b>Merluza con pisto de calabacín, berenjena, tomate y pimientos</b> (4)	<b>Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)</b>	<b>Taquitos de lomo de cerdo con verduritas (no champi) y patatas al horno</b>	<b>Curry suave de pollo con tomate asado</b> (7)
Veal ragout with carrots & diced potatoes	Hake & "pisto" (zucchini, aubergine, tomato and bell peppers)	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Diced pork with vegetables & roasted potato	Curry chicken & roasted tomato
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts</b>
14	15	16	17	18 – MEXICAN FRIDAY
<b>Caracolas con salsa de tomate casera y chorizo</b> (1,3,6,10)	<b>Puré de verduras y hortalizas de temporada</b> (12)	<b>Judías pintas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Arroz Tres Delicias</b> (zanahoria, maíz, guisantes)	<b>Sopa mexicana (pollo y maíz)</b> (1,3,6,10)
Pasta & "chorizo"	Creamy of fresh vegetables soup	Organic beans soup & vegetables	Special fried rice (carrot, sweet corn, peas)	Chicken soup & maize
<b>Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras (no champi)</b> (4)	<b>Pollo asado con ensalada</b>	<b>Tortilla española de patata y con tomate grillé (asado)</b> (3,12)	<b>Salmón a la naranja con guarnición de verduritas salteadas (no champi)</b> (4)	<b>Fajitas de pollo con ensalada pico de gallo</b> (1)
Grilled hake fillet with vegetables	Roasted Chicken & salad	Potato omelette & roast tomato	Salmon cooked in orange sauce with vegetables	Chicken fajitas & "pico de gallo"
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts</b>
21	22	23	24	25 – GERMANY FRIDAY
<b>Paella Mixta</b>	<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Puré de calabaza y zanahoria</b> (12)	<b>Espaguetis con salsa de tomate casera</b> (1,3,6,10)	<b>Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata)</b> (6,9,12)
Chicken and vegetable Paella	Organic Lentils soup & vegetables	Creamy of pumpkin and carrot soup	Spaghetti with home made tomato sauce	Kartoffelsuppe (Potato soup)
<b>Sepia rebozada</b> con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,7,14)	<b>Tortilla española de patata con ensalada de tomate aderezado con ac. Oliva y orégano</b> (3,12)	<b>Albóndigas de ternera en salsa casera (no champiñones) con guarnición de arroz al laurel</b> (1,6,7,12)	<b>Fil. de merluza a las finas hierbas con patatas dado</b> (4,12)	<b>Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada</b> (1,3,6,10)
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)	Spanish Potato Omelette with Tomato Salad	Meatballs in sauce (no mushrooms) and diced potatoes	Herby hake fillet with diced potatoes	Chicken Schnitzel & salad
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts</b>
28	29	30	31	
<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<i>Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...</i>

# Menú Primaria sin frutos secos - OCTUBRE/ OCTOBER 2024



	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
	1	2	3	4 – FRANCE FRIDAY
	<b>Fideuá mixta</b> (1,3,6,10) (pollo y verduras)	<b>Judías verdes rehogadas</b>	<b>Macarrones carbonara</b> (1,3,6,7,10)	<b>Cassoulet</b> (guiso de <b>judías blancas ecológicas</b> )
	Mixed "Fideua" (chicken and vegetables)	Sauteed Green beans	Pasta carbonara	Cassoulet (organic beans soup)
	<b>Fil. De bacalao a la andaluza con ensalada variada</b> (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)	<b>Pollo asado a la manzana</b> con guarnición de arroz blanco	<b>Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas</b> (4,12)	<b>Tortilla francesa de calabacín con ens. Mixta</b> (lechuga, tomate, maíz) (3)
	Breaded codfish with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Roasted chicken & apple with plain rice	Grilled hake fillet with herby potatoes	Zucchini omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
<b>LUNES / MONDAY</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts</b>
7	8	9	10	11 – INDIAN FRIDAY
<b>Crema de puerros con queso</b> (3,7,12)	<b>Espirales salteados al aggio e olio</b> (1,3,6,10)	<b>Sopa de cocido</b> (1,3,6,10)	<b>Crema de verduras de temporada</b> (12)	<b>Kedgeree Indio</b> (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Creamy of leeks soup & cheese	Sautéed pasta (garlic and olive oil)	"Cocido" soup	Cream of vegetables soup	Kedgeree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
<b>Ragout de ternera con zanahorias y patatitas dado</b> (12)	<b>Merluza con pisto de calabacín, berenjena, tomate y pimientos</b> (4)	<b>Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)</b>	<b>Taquitos de lomo de cerdo con verduritas y patatas al horno</b>	<b>Curry suave de pollo con tomate asado</b> (7)
Veal ragout with carrots & diced potatoes	Hake & "pisto" (zucchini, aubergine, tomato and bell peppers)	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Diced pork with vegetables & roasted potato	Curry chicken & roasted tomato
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts</b>
14	15	16	17	18 – MEXICAN FRIDAY
<b>Caracolas con salsa de tomate casera y chorizo</b> (1,3,6,10)	<b>Puré de verduras y hortalizas de temporada</b> (12)	<b>Judías pintas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Arroz Tres Delicias</b> (zanahoria, maíz, guisantes)	<b>Sopa mexicana (pollo y maíz)</b> (1,3,6,10)
Pasta & "chorizo"	Creamy of fresh vegetables soup	Organic beans soup & vegetables	Special fried rice (carrot, sweet corn, peas)	Chicken soup & maize
<b>Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras</b> (4)	<b>Pollo asado con ensalada</b>	<b>Tortilla española de patata y con tomate grillé (asado)</b> (3,12)	<b>Salmón a la naranja con guarnición de verduritas salteadas</b> (4)	<b>Fajitas de pollo con ensalada pico de gallo</b> (1)
Grilled hake fillet with vegetables	Roasted Chicken & salad	Potato omelette & roast tomato	Salmon cooked in orange sauce with vegetables	Chicken fajitas & "pico de gallo"
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts</b>
21	22	23	24	25 – GERMANY FRIDAY
<b>Paella Mixta (vegetales y pollo)</b>	<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Puré de calabaza y zanahoria</b> (12)	<b>Espaguetis con salsa de tomate casera</b> (1,3,6,10)	<b>Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata)</b> (6,9,12)
Chicken and vegetable Paella	Organic Lentils soup & vegetables	Creamy of pumpkin and carrot soup	Spaghetti with home made tomato sauce	Kartoffelsuppe (Potato soup)
<b>Sepia rebozada con ensalada</b> (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,7,14)	<b>Tortilla española de patata con ensalada de tomate aderezado con ac. Oliva y orégano</b> (3,12)	<b>Albóndigas de ternera en salsa casera</b> con champiñones y con guarnición de arroz al laurel (1,6,7,12)	<b>Fil. de merluza a las finas hierbas con patatas dado</b> (4,12)	<b>Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada</b> (1,3,6,10)
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)	Spanish Potato Omelette with Tomato Salad	Meatballs in sauce with mushrooms and diced potatoes	Herby hake fillet with diced potatoes	Chicken Schnitzel & salad
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts</b>
28	29	30	31	
<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<i>Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...</i>

# Menú Primaria sin frutos secos ni mango - OCTUBRE/ OCTOBER 2024



LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
7	1	2	3	4 – FRANCE FRIDAY
	<b>Fideuá mixta</b> (1,3,6,10) (pollo y verduras)	<b>Judías verdes rehogadas</b>	<b>Macarrones carbonara</b> (1,3,6,7,10)	<b>Cassoulet</b> (guiso de <b>judías blancas ecológicas</b> )
	Mixed "Fideua" (chicken and vegetables)	Sauteed Green beans	Pasta carbonara	Cassoulet (organic beans soup)
	<b>Fil. De bacalao a la andaluz con ensalada variada</b> (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)	<b>Pollo asado a la manzana</b> con guarnición de arroz blanco	<b>Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas</b> (4,12)	<b>Tortilla francesa de calabacín con ens. Mixta</b> (lechuga, tomate, maíz) (3)
	Breaded codfish with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Roasted chicken & apple with plain rice	Grilled hake fillet with herby potatoes	Zucchini omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
7	8	9	10	11 – INDIAN FRIDAY
	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos</b> (7) / Varied Yogurts
	<b>Crema de puerros con queso</b> (3,7,12)	<b>Espirales salteados al aglio e olio</b> (1,3,6,10)	<b>Sopa de cocido</b> (1,3,6,10)	<b>Crema de verduras de temporada</b> (12)
	Creamy of leeks soup & cheese	Sautéed pasta (garlic and olive oil)	"Cocido" soup	Cream of vegetables soup
	<b>Ragout de ternera con zanahorias y patatitas dado</b> (12)	<b>Merluza con pisto de calabacín, berenjena, tomate y pimientos</b> (4)	<b>Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)</b>	<b>Taquitos de lomo de cerdo con verduritas y patatas al horno</b>
	Veal ragout with carrots & diced potatoes	Hake & "pisto" (zucchini, aubergine, tomato and bell peppers)	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Diced pork with vegetables & roasted potato
	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>
14	15	16	17	18 – MEXICAN FRIDAY
	<b>Caracolas con salsa de tomate casera y chorizo</b> (1,3,6,10)	<b>Puré de verduras y hortalizas de temporada</b> (12)	<b>Judías pintas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Arroz Tres Delicias</b> (zanahoria, maíz, guisantes)
	Pasta & "chorizo"	Creamy of fresh vegetables soup	Organic beans soup & vegetables	Special fried rice (carrot, sweet corn, peas)
	<b>Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras</b> (4)	<b>Pollo asado con ensalada</b>	<b>Tortilla española de patata y con tomate grillé (asado)</b> (3,12)	<b>Salmón a la naranja con guarnición de verduras salteadas</b> (4)
	Grilled hake fillet with vegetables	Roasted Chicken & salad	Potato omelette & roast tomato	Salmon cooked in orange sauce with vegetables
	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>
21	22	23	24	25 – GERMANY FRIDAY
	<b>Paella Mixta (vegetales y pollo)</b>	<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Puré de calabaza y zanahoria</b> (12)	<b>Espaguetis con salsa de tomate casera</b> (1,3,6,10)
	Chicken and vegetable Paella	Organic Lentils soup & vegetables	Creamy of pumpkin and carrot soup	Spaghetti with home made tomato sauce
	<b>Sepia rebozada</b> con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,7,14)	<b>Tortilla española de patata con ensalada de tomate aderezado con ac. Oliva y orégano</b> (3,12)	<b>Albóndigas de ternera en salsa casera</b> con champiñones y con guarnición de arroz al laurel (1,6,7,12)	<b>Fil. de merluza a las finas hierbas con patatas dado</b> (4,12)
	Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)	Spanish Potato Omelette with Tomato Salad	Meatballs in sauce with mushrooms and diced potatoes	Herby hake fillet with diced potatoes
	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>
28	29	30	31	
<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...

# Menú Primaria sin huevo - OCTUBRE/ OCTOBER 2024



	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
	1	2	3	4 – FRANCE FRIDAY
	<b>Fideuá mixta</b> (1,3,6,10) (pasta sin alérgenos)	<b>Judías verdes rehogadas</b>	<b>Macarrones sin alérgenos a la Sorrentina</b> (tomate, cebolla, berenjena)	<b>Cassoulet</b> (guiso de <b>judías blancas ecológicas</b> )
	Mixed "Fideua" (chicken and vegetables)	Sauteed Green beans	Allergen free pasta "Sorrentina" (tomato sauce, onion, diced aubergine)	Cassoulet (organic beans soup)
	<b>Fil. De bacalao a la andaluz con ensalada variada</b> (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)	<b>Pollo asado a la manzana</b> con guarnición de arroz blanco	<b>Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas</b> (4,12)	<b>"Tortilla francesa" vegana de calabacín con ens. Mixta</b> (elaborada con harina de garbanzos)
	Breaded codfish with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Roasted chicken & apple with plain rice	Grilled hake fillet with herby potatoes	Zucchini "omelette" (with chickpeas flour) & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
<b>LUNES / MONDAY</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos</b> (7) / Varied Yogurts
7	8	9	10	11 – INDIAN FRIDAY
<b>Crema de puerros con queso</b> (3,7,12)	<b>Pasta sin alérgenos salteada al aggio e olio</b>	<b>Sopa de cocido</b> (fideos sin alérgenos)	<b>Crema de verduras de temporada</b> (12)	<b>Kedgeree Indio</b> (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Creamy of leeks soup & cheese	Sautéed pasta (garlic and olive oil). Allergen free pasta.	"Cocido" soup	Cream of vegetables soup	Kedgeree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
<b>Ragout de ternera con zanahorias y patatitas dado</b> (12)	<b>Merluza con pisto de calabacín, berenjena, tomate y pimientos</b> (4)	<b>Complemento del cocido</b> ( <b>garbanzos ecológicos</b> )	<b>Taquitos de lomo de cerdo con verduritas y patatas al horno</b>	<b>Curry suave de pollo con tomate asado</b> (7)
Veal ragout with carrots & diced potatoes	Hake & "pisto" (zucchini, aubergine, tomato and bell peppers)	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Diced pork with vegetables & roasted potato	Curry chicken & roasted tomato
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos</b> (7) / Varied Yogurts
14	15	16	17	18 – MEXICAN FRIDAY
<b>Pasta sin alérgenos con salsa de tomate casera y chorizo</b>	<b>Puré de verduras y hortalizas de temporada</b> (12)	<b>Judías pintas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Arroz Tres Delicias</b> (zanahoria, maíz, guisantes)	<b>Sopa mexicana (pollo y maíz)</b> (pasta sin alérgenos)
Pasta (allergen free) & "chorizo"	Creamy of fresh vegetables soup	Organic beans soup & vegetables	Special fried rice (carrot, sweet corn, peas)	Chicken soup & maize
<b>Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras</b> (4)	<b>Pollo asado con ensalada</b>	<b>Tortilla española de patata y con tomate grillé (asado)</b> (elaborado con harina de maíz, 12)	<b>Salmón a la naranja con guarnición de verduritas salteadas</b> (4)	<b>Fajitas de pollo con ensalada pico de gallo</b> (1)
Grilled hake fillet with vegetables	Roasted Chicken & salad	Potato veggie "omelette" (with chickpeas flour) & roast tomato	Salmon cooked in orange sauce with vegetables	Chicken fajitas & "pico de gallo"
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos</b> (7) / Varied Yogurts
21	22	23	24	25 – GERMANY FRIDAY
<b>Paella Mixta (vegetales y pollo)</b>	<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Puré de calabaza y zanahoria</b> (12)	<b>Espaguetis sin alérgenos con salsa de tomate casera</b>	<b>Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata)</b> (6,9,12)
Chicken and vegetable Paella	Organic Lentils soup & vegetables	Creamy of pumpkin and carrot soup	Spaghetti with home made tomato sauce	Kartoffelsuppe (Potato soup)
<b>Fil. de pescado blanco a las finas hierbas (horno)</b> (merluza) con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (4)	<b>Tortilla española de patata con ens. de tomate aderezado con ac. Oliva y orégano</b> (harina de garbanzos, 12)	<b>Albóndigas de ternera en salsa casera</b> con champiñones y con guarnición de arroz al laurel (1,6,7,12)	<b>Fil. de merluza a las finas hierbas con patatas dado</b> (4,12)	<b>Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada</b> (elaborada con HARINA DE MAÍZ; 3)
Grilled fillet fish & salad (lettuce, maize, carrot)	"Spanish Potato Omelette" (chickpeas flour, no egg) with Tomato Salad	Meatballs in sauce with mushrooms and diced potatoes	Herby hake fillet with diced potatoes	Chicken Schnitzel & salad
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos</b> (7) / Varied Yogurts
28	29	30	31	
<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<i>Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...</i>

# Menú Primaria sin lactosa - OCTUBRE/ OCTOBER 2024



	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
	1	2	3	4 – FRANCE FRIDAY
	<b>Fideuá mixta</b> (1,3,6,10) (pollo y verduras)	<b>Judías verdes rehogadas</b>	<b>Macarrones sin alérgenos a la Sorrentina (tomate, cebolla, berenjena).</b>	<b>Cassoulet</b> (guiso de <b>judías blancas ecológicas</b> )
	Mixed "Fideua" (chicken and vegetables)	Sauteed Green beans	Allergen free pasta "Sorrentina" (tomato sauce, onion, diced aubergine)	Cassoulet (organic beans soup)
	<b>Fil. De bacalao a la andaluz con ensalada variada</b> (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)	<b>Pollo asado a la manzana</b> con guarnición de arroz blanco	<b>Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas</b> (4,12)	<b>Tortilla francesa de calabacín con ens. Mixta</b> (lechuga, tomate, maíz) (3).
	Breaded codfish with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Roasted chicken & apple with plain rice	Grilled hake fillet with herby potatoes	Zucchini omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
<b>LUNES / MONDAY</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Postre de soja (6,8) / Soya dessert</b>
7	8	9	10	11 – INDIAN FRIDAY
<b>Crema de puerros</b> (12). No queso.	<b>Espirales salteados al aggio e olio</b> (1,3,6,10)	<b>Sopa de cocido</b> (1,3,6,10)	<b>Crema de verduras de temporada</b> (12)	<b>Kedgeree Indio</b> (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Creamy of leeks soup (no cheese)	Sautéed pasta (garlic and olive oil)	"Cocido" soup	Cream of vegetables soup	Kedgeree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
<b>Ragout de ternera con zanahorias y patatitas dado</b> (12)	<b>Merluza con pisto de calabacín, berenjena, tomate y pimientos</b> (4)	<b>Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)</b>	<b>Taquitos de lomo de cerdo con verduritas y patatas al horno</b>	<b>Pollo guisado con toque de curry y tomate asado (no nata)</b>
Veal ragout with carrots & diced potatoes	Hake & "pisto" (zucchini, aubergine, tomato and bell peppers)	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Diced pork with vegetables & roasted potato	Stewed chicken with a fine touch of curry & roasted tomato (no cream)
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Postre de soja (6,8) / Soya dessert</b>
14	15	16	17	18 – MEXICAN FRIDAY
<b>Caracolas con salsa de tomate casera y chorizo</b> (1,3,6,10)	<b>Puré de verduras y hortalizas de temporada</b> (12)	<b>Judías pintas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Arroz Tres Delicias</b> (zanahoria, maíz, guisantes)	<b>Sopa mexicana (pollo y maíz)</b> (1,3,6,10)
Pasta & "chorizo"	Creamy of fresh vegetables soup	Organic beans soup & vegetables	Special fried rice (carrot, sweet corn, peas)	Chicken soup & maize
<b>Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras</b> (4)	<b>Pollo asado con ensalada</b>	<b>Tortilla española de patata y con tomate grillé (asado)</b> (3,12)	<b>Salmón a la naranja con guarnición de verduritas salteadas</b> (4)	<b>Fajitas de pollo con ensalada pico de gallo</b> (1)
Grilled hake fillet with vegetables	Roasted Chicken & salad	Potato omelette & roast tomato	Salmon cooked in orange sauce with vegetables	Chicken fajitas & "pico de gallo"
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Postre de soja (6,8) / Soya dessert</b>
21	22	23	24	25 – GERMANY FRIDAY
<b>Paella Mixta (vegetales y pollo)</b>	<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Puré de calabaza y zanahoria</b> (12)	<b>Espaguetis con salsa de tomate casera</b> (1,3,6,10)	<b>Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata)</b> (6,9,12)
Chicken and vegetable Paella	Organic Lentils soup & vegetables	Creamy of pumpkin and carrot soup	Spaghetti with home made tomato sauce	Kartoffelsuppe (Potato soup)
<b>Fil. de pescado blanco a las finas hierbas (horno)</b> (merluza) con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (4)	<b>Tortilla española de patata con ensalada de tomate aderezado con ac. Oliva y orégano</b> (3,12)	<b>Albóndigas caseras sin alérgenos en salsa casera con champiñones y con guarnición de arroz al laurel.</b>	<b>Fil. de merluza a las finas hierbas con patatas dado</b> (4,12)	<b>Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada</b> (1,3,6,10)
Grilled fillet fish & salad (lettuce, maize, carrot)	Spanish Potato Omelette with Tomato Salad	Homemade Meatballs (allergen free) in sauce with mushrooms and diced potatoes	Herby hake fillet with diced potatoes	Chicken Schnitzel & salad
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Postre de soja (6,8) / Soya dessert</b>
28	29	30	31	
<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<i>Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...</i>



# Menú Primaria ovolacteo vegetariano - OCTUBRE/ OCTOBER 2024



	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
	1	2	3	4 – FRANCE FRIDAY
	<b>Fideuá mixta</b> (1,3,6,10) (pollo y verduras)	<b>Judías verdes rehogadas</b>	<b>Macarrones a la Sorrentina</b> (tomate, cebolla, berenjena) (1,3,6,10)	<b>Cassoulet</b> (guiso de <b>judías blancas ecológicas</b> )
	Mixed "Fideua" (chicken and vegetables)	Sauteed Green beans	Allergen free pasta "Sorrentina" (tomato sauce, onion, diced aubergine)	Cassoulet (organic beans soup)
	<b>Revuelto de huevo y calabacín con ensalada variada</b> (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (3)	<b>Calabacín relleno de vegetales, arroz y proteína vegetal de soja</b> (1,6)	<b>Nuggets vegetales con patatas hervidas a las finas hierbas</b> (1,6,9,10)	<b>Tortilla francesa de calabacín con ens. Mixta</b> (lechuga, tomate, maíz) (3)
	Scrambled egg with zucchini and salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Stuffed zucchini with rice, vegetables and veggie protein	Vegetarian nuggets with herby potatoes	Zucchini omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
<b>LUNES / MONDAY</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts</b>
<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11 – INDIAN FRIDAY</b>
<b>Crema de puerros con queso</b> (3,7,12)	<b>Espirales salteados al aggio e olio</b> (1,3,6,10)	<b>Sopa de verduras</b> (1,3,6,10)	<b>Crema de verduras de temporada</b> (12)	<b>Kedgeree Indio</b> (3) (arroz con huevo condimentado con especias)
Creamy of leeks soup & cheese	Sautéed pasta (garlic and olive oil)	Vegetables soup	Cream of vegetables soup	Kedgeree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
<b>Tortilla francesa con zanahorias y patatitas dado</b> (3,12)	<b>Daditos de tofu con pisto de calabacín, berenjena, tomate y pimientos</b> (1,6,10)	<b>Garbanzos salteados con verduras</b>	<b>Hamburguesa casera vegetal con verduritas y patatas al horno</b> (1,6,10,12)	<b>Curry suave de seitán con tomate asado</b> (1,6,10)
Plain omelette with carrots and diced potato	Diced tofu & "pisto" (zucchini, aubergine, tomato and bell peppers)	Sautéed chick-peas & vegetables	Homemade veggie hamburger with vegetables and roasted potato	Curry seitan & roasted tomato
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts</b>
<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18 – MEXICAN FRIDAY</b>
<b>Caracolas con salsa de tomate casera y orégano</b> (1,3,6,10)	<b>Puré de verduras y hortalizas de temporada</b> (12)	<b>Judías pintas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Arroz Tres Delicias</b> (zanahoria, maíz, guisantes)	<b>Sopa de maíz y verduras</b> (1,3,6,10)
Pasta & tomato sauce with oregano	Creamy of fresh vegetables soup	Organic beans soup & vegetables	Special fried rice (carrot, sweet corn, peas)	Vegetables soup & maize
<b>Huevos revueltos con jardinera de verduras</b> (3)	<b>Tomates rellenos de arroz, vegetales y bolañesa vegetal</b> (soja) (1,6)	<b>Tortilla española de patata y con tomate grillé (asado)</b> (3,12)	<b>Falafel casero con guarnición de verduritas salteadas</b> (1,6,10)	<b>Fajitas de tofu y vegetales con ensalada pico de gallo</b> (1,6,10)
Scrambled eggs with vegetables	Stuffed tomato (rice, vegetables and veggie protein)	Potato omelette & roast tomato	Homemade falafel with vegetables	Tofu and vegetables fajitas & "pico de gallo"
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts</b>
<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25 – GERMANY FRIDAY</b>
<b>Paella vegetal</b>	<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Puré de calabaza y zanahoria</b> (12)	<b>Espaguetis con salsa de tomate casera</b> (1,3,6,10)	<b>Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata)</b> (6,9,12). Sin carne.
Rice & vegetables	Organic Lentils soup & vegetables	Creamy of pumpkin and carrot soup	Spaghetti with home made tomato sauce	Kartoffelsuppe (Potato soup)
<b>Pakorras vegetales con ensalada</b> (lechuga, maíz, zanahoria) (elaboradas con harina de garbanzos)	<b>Tortilla española de patata con ensalada de tomate aderezado con ac. Oliva y orégano</b> (3,12)	<b>Albóndigas vegetales en salsa casera con champiñones y con guarnición de arroz al laurel</b> (1,6,8,10,11)	<b>Tortilla francesa con toque de finas hierbas con patatas dado</b> (3,12)	<b>Schnitzel de seitán al estilo alemán con ensalada</b> (1,3,6,10)
Vegetables pakoras & salad (lettuce, maize, carrot)	Spanish Potato Omelette with Tomato Salad	Veggie Meatballs in sauce with mushrooms and diced potatoes	Herby plain omelette with diced potatoes	Seitan Schnitzel & salad
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos (7) / Varied Yogurts</b>
<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	
<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<i>Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...</i>

# Menú Primaria sin pescado, marisco, curry ni kiwi - OCTUBRE/ OCTOBER 2024



MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY		JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY	
1		2		3		4 - FRANCE FRIDAY	
Fideuá mixta (1,3,6,10) (pollo y verduras)		Judías verdes rehogadas		Macarrones carbonara (1,3,6,7,10)		Cassoulet (guiso de <b>judías blancas ecológicas</b> )	
Mixed "Fideua" (chicken and vegetables)		Sautéed Green beans		Pasta carbonara		Cassoulet (organic beans soup)	
<b>Revuelto de huevo y calabacín con ensalada variada</b> (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (3)		Pollo asado a la manzana con guarnición de arroz blanco		<b>Cinta de lomo con patatas hervidas a las finas hierbas</b> (12)		<b>Tortilla francesa de calabacín con ens. Mixta</b> (lechuga, tomate, maíz) (3)	
Scrambled egg with zucchini and salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)		Roasted chicken & apple with plain rice		Grilled Pork loin with herby potatoes		Zucchini omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)	
<b>LUNES / MONDAY</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	
7		8		9		10	
Crema de puerros con queso (3,7,12)		Espirales salteados al aglio e olio (1,3,6,10)		Sopa de cocido (1,3,6,10)		Crema de verduras de temporada (12)	
Creamy of leeks soup & cheese		Sautéed pasta (garlic and olive oil)		"Cocido" soup		Cream of vegetables soup	
Ragout de ternera con zanahorias y patatitas dado (12)		<b>Fil. de pollo con pisto de calabacín, berenjena, tomate y pimientos</b>		Complemento del cocido ( <b>garbanzos ecológicos</b> )		Taqitos de lomo de cerdo con verduritas y patatas al horno	
Veal ragout with carrots & diced potatoes		Chicken fillet & "pisto" (zucchini, aubergine, tomato and bell peppers)		Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots		Diced pork with vegetables & roasted potato	
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	
14		15		16		17	
Caracolas con salsa de tomate casera y chorizo (1,3,6,10)		Puré de verduras y hortalizas de temporada (12)		<b>Judías pintas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)		Arroz Tres Delicias (zanahoria, maíz, guisantes)	
Pasta & "chorizo"		Creamy of fresh vegetables soup		Organic beans soup & vegetables		Special fried rice (carrot, sweet corn, peas)	
<b>Huevos revueltos con jardinera de verduras</b> (3)		Pollo asado con ensalada		Tortilla española de patata y con tomate grillé (asado) (3,12)		<b>Taqitos de pavo con guarnición de verduritas salteadas</b>	
Scrambled eggs with vegetables		Roasted Chicken & salad		Potato omelette & roast tomato		Diced turkey cooked in orange sauce with vegetables	
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	
21		22		23		24	
Paella vegetal		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)		Puré de calabaza y zanahoria (12)		Espaguetis con salsa de tomate casera (1,3,6,10)	
Rice & vegetables		Organic Lentils soup & vegetables		Creamy of pumpkin and carrot soup		Spaghetti with home made tomato sauce	
<b>Fil. pollo empanado con ensalada</b> (lechuga, maíz, zanahoria) (1,3,6,10)		Tortilla española de patata con ensalada de tomate aderezado con ac. Oliva y orégano (3,12)		Albóndigas de ternera en salsa casera con champiñones y con guarnición de arroz al laurel (1,6,7,12)		<b>Tortilla francesa con toque de finas hierbas con patatas dado</b> (3,12)	
Breaded chicken fillet & salad (lettuce, maize, carrot)		Spanish Potato Omelette with Tomato Salad		Meatballs in sauce with mushrooms and diced potatoes		Herby plain omelette with diced potatoes	
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>		<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	
28		29		30		31	
<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>		<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>		<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>		<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	
Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...							

# Menú Primaria sin ternera - OCTUBRE/ OCTOBER 2024



	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
	1	2	3	4 – FRANCE FRIDAY
	<b>Fideuá mixta</b> (1,3,6,10) (pollo y verduras)	<b>Judías verdes rehogadas</b>	<b>Macarrones sin alérgenos a la Sorrentina (tomate, cebolla, berenjena).</b>	<b>Cassoulet</b> (guiso de <b>judías blancas ecológicas</b> )
	Mixed "Fideua" (chicken and vegetables)	Sauteed Green beans	Allergen free pasta "Sorrentina" (tomato sauce, onion, diced aubergine)	Cassoulet (organic beans soup)
	<b>Fil. De bacalao a la andaluz con ensalada variada</b> (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)	<b>Pollo asado a la manzana</b> con guarnición de arroz blanco	<b>Fil. merluza al horno con patatas hervidas a las finas hierbas</b> (4,12)	<b>Tortilla francesa de calabacín con ens. Mixta</b> (lechuga, tomate, maíz) (3).
	Breaded codfish with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Roasted chicken & apple with plain rice	Grilled hake fillet with herby potatoes	Zucchini omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
<b>LUNES / MONDAY</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Postre de soja (6,8) / Soya dessert</b>
7	8	9	10	11 – INDIAN FRIDAY
<b>Crema de puerros</b> (12). No queso.	<b>Espirales salteados al aggio e olio</b> (1,3,6,10)	<b>Sopa de cocido</b> (1,3,6,10)	<b>Crema de verduras de temporada</b> (12)	<b>Kedgeree Indio</b> (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Creamy of leeks soup (no cheese)	Sautéed pasta (garlic and olive oil)	"Cocido" soup	Cream of vegetables soup	Kedgeree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
<b>Tortilla francesa con zanahorias y patatitas dado</b> (3,12)	<b>Merluza con pisto de calabacín, berenjena, tomate y pimientos</b> (4)	<b>Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)</b>	<b>Taquitos de lomo de cerdo con verduras y patatas al horno</b>	<b>Pollo guisado con toque de curry y tomate asado (no nata)</b>
Plain omelette with carrots and diced potato	Hake & "pisto" (zucchini, aubergine, tomato and bell peppers)	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Diced pork with vegetables & roasted potato	Stewed chicken with a fine touch of curry & roasted tomato (no cream)
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Postre de soja (6,8) / Soya dessert</b>
14	15	16	17	18 – MEXICAN FRIDAY
<b>Caracolas con salsa de tomate casera y chorizo</b> (1,3,6,10)	<b>Puré de verduras y hortalizas de temporada</b> (12)	<b>Judías pintas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Arroz Tres Delicias</b> (zanahoria, maíz, guisantes)	<b>Sopa mexicana (pollo y maíz)</b> (1,3,6,10)
Pasta & "chorizo"	Creamy of fresh vegetables soup	Organic beans soup & vegetables	Special fried rice (carrot, sweet corn, peas)	Chicken soup & maize
<b>Fil. de merluza al horno con jardinera de verduras</b> (4)	<b>Pollo asado con ensalada</b>	<b>Tortilla española de patata y con tomate grillé (asado)</b> (3,12)	<b>Salmón a la naranja con guarnición de verduras salteadas</b> (4)	<b>Fajitas de pollo con ensalada pico de gallo</b> (1)
Grilled hake fillet with vegetables	Roasted Chicken & salad	Potato omelette & roast tomato	Salmon cooked in orange sauce with vegetables	Chicken fajitas & "pico de gallo"
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Postre de soja (6,8) / Soya dessert</b>
21	22	23	24	25 – GERMANY FRIDAY
<b>Paella Mixta (vegetales y pollo)</b>	<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Puré de calabaza y zanahoria</b> (12)	<b>Espaguetis con salsa de tomate casera</b> (1,3,6,10)	<b>Kartoffelsuppe (sopa alemana de patata)</b> (6,9,12)
Chicken and vegetable Paella	Organic Lentils soup & vegetables	Creamy of pumpkin and carrot soup	Spaghetti with home made tomato sauce	Kartoffelsuppe (Potato soup)
<b>Fil. de pescado blanco a las finas hierbas (horno)</b> (merluza) con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (4)	<b>Tortilla española de patata con ensalada de tomate aderezado con ac. Oliva y orégano</b> (3,12)	<b>Albóndigas caseras sin alérgenos en salsa casera con champiñones y con guarnición de arroz al laurel.</b>	<b>Fil. de merluza a las finas hierbas con patatas dado</b> (4,12)	<b>Schnitzel de Pollo al estilo alemán con ensalada</b> (1,3,6,10)
Grilled fillet fish & salad (lettuce, maize, carrot)	Spanish Potato Omelette with Tomato Salad	Homemade Meatballs (allergen free) in sauce with mushrooms and diced potatoes	Herby hake fillet with diced potatoes	Chicken Schnitzel & salad
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Postre de soja (6,8) / Soya dessert</b>
28	29	30	31	
<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<b>SCHOOL HOLIDAYS</b>	<i>Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...</i>