

# Menú Early Years C/ Paseo de la Habana - JANUARY/ ENERO 2025

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



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Aplo	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuzes	Moluscos

MIÉRCOLES / WEDNESDAY														JUEVES / THURSDAY						VIERNES / FRIDAY					
8														9						10 - French Friday					
<b>Sopa de pescado con arroz</b> (2,4,14)														<b>Fideuá mixta</b> (1,3,6,10) (pollo y verduras)						<b>Cassoulet</b> (guiso de <b>judías blancas ecológicas</b> )					
Rice & fish soup														Chicken & vegetables fideuá						Cassoulet (organic beans soup)					
<b>Albóndigas de ternera en salsa de zanahorias y champiñones con patatas dado</b> (1,6,7,12)														<b>Fil. De merluza a la andaluza con ensalada variada</b> (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)						<b>Quiché Lorraine con ens. Mixta</b> (lechuga, tomate, maíz) (1,3,5,6,7,8,10,11)					
Meatballs in carrot & mushroom sauce with diced potatoes														Breaded hake fillet with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)						"Quiche Lorraine" & salad (lettuce, fresh tomato, maize)					
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>														<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>						<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>					
kcal 545 Lip 14,6 Prot 36,5 HdC 67														kcal 704 Lip 26,9 Prot 32,9 HdC 83						kcal 712 Lip 29,5 Prot 40,5 HdC 71					
13														14						15					
<b>Patatas a la Riojana</b> (guisadas con zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla y rodaja de chorizo) (12)														<b>Crema de puerros con queso</b> (3,7,12)						<b>Sopa de cocido</b> (1,3,6,10)					
Potatoes, vegetables and "chorizo" casserole														Creamy of leeks soup & cheese						"Cocido" soup					
<b>Fil. de merluza al horno con ens. De tomate aliñado con AOVE y orégano</b> (4)														<b>Taquitos de lomo de cerdo con verduritas y cous-cous</b> (1,6,10)						<b>Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)</b>					
Grilled hake fillet and fresh tomato tossed with olive oil extra and oregano														Diced pork with vegetables & cous-cous						Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots					
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>														<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>						<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>					
kcal 744 Lip 31,9 Prot 55,5 HdC 59														kcal 700 Lip 33,5 Prot 15,6 HdC 84						kcal 785 Lip 27,9 Prot 31,6 HdC 102					
20														21						22					
<b>Spaghetti con salsa de tomate casera</b> (1,3,6,10)														<b>Puré de calabaza y zanahorias</b> (12)						<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)					
Spaghetti with home made tomato sauce														Creamy of pumpkins and carrot soup						Organic Lentils soup & vegetables					
<b>Sepia rebozada con ensalada</b> (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)														<b>Magro de cerdo guisado con verduritas y arroz al vapor</b>						<b>Tortilla francesa de queso con ensalada de quinoa y tomate</b> (3, 7)					
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)														Pork lean in sauce with vegetables and steamed rice						Cheesy omelette with diced fresh tomato and quinoa					
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>														<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>						<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>					
kcal 925 Lip 26,6 Prot 34,3 HdC 137														kcal 588 Lip 24,5 Prot 27,2 HdC 65						kcal 640 Lip 20,7 Prot 21,7 HdC 92					
27														28						29					
<b>Guiso de patatas marineras</b> (preparado de marisco sin concha) (2,4,12,14)														<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)						<b>Arroz con salsa de tomate casera</b>					
Potato and fish casserole														Organic Lentils soup & vegetables						Rice with homemade tomato sauce					
<b>Lomo de cerdo al horno con tomate grillé</b> (asado con orégano)														<b>Omelette de calabacín y jamón york con juliana de lechuga y zanahoria rallada</b> (3,6)						<b>Fil. de merluza al horno con guarnición de calabaza y batata al horno</b> (4)					
Grilled pork loin with roasted tomato														Zucchini and ham omelette with lettuce and carrot salad						Grilled hake fillet with roasted pumpkin and sweet potato					
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>														<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>						<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>					
kcal 545 Lip 14,6 Prot 36,5 HdC 67														kcal 816 Lip 31,8 Prot 56,7 HdC 76						kcal 597 Lip 22,7 Prot 31,5 HdC 66					
30														31						32					
<b>Sopa de cocido casera</b> (1,3,6,10)														<b>Sopa de cocido casera</b> (1,3,6,10)						<b>Crema de berenjenas con queso rallado</b> (3,7,12)					
"Cocido" soup														"Cocido" soup						Creamy aubergine soup & grated cheese					
<b>Lomo de cerdo al horno con tomate grillé</b> (asado con orégano)														<b>Omelette de calabacín y jamón york con juliana de lechuga y zanahoria rallada</b> (3,6)						<b>Fil. de merluza al horno con guarnición de calabaza y batata al horno</b> (4)					
Grilled pork loin with roasted tomato														Zucchini and ham omelette with lettuce and carrot salad						Grilled hake fillet with roasted pumpkin and sweet potato					
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>														<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>						<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>					
kcal 545 Lip 14,6 Prot 36,5 HdC 67														kcal 816 Lip 31,8 Prot 56,7 HdC 76						kcal 597 Lip 22,7 Prot 31,5 HdC 66					
33														34						35					
<b>Macarrones con salsa Pirata</b> (1,3,6,7,10)														<b>Macarrones con salsa Pirata</b> (1,3,6,7,10)						<b>Kedgeree Indio</b> (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)					
Maccaroni with home made tomato sauce, cream and oregano														Maccaroni with home made tomato sauce, cream and oregano						Kedgeree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)					
<b>Salmón a la naranja con verduritas salteadas</b> (4)														<b>Salmón a la naranja con verduritas salteadas</b> (4)						<b>Curry suave de pollo con ensalada verde</b> (7)					
Salmon cooked in orange sauce with vegetables														Salmon cooked in orange sauce with vegetables						Mild curry chicken & salad					
<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>														<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>						<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>					
kcal 712 Lip 22,2 Prot 44,1 HdC 84														kcal 712 Lip 22,2 Prot 44,1 HdC 84						kcal 712 Lip 22,2 Prot 44,1 HdC 84					
24 - American Friday														23						24 - American Friday					
<b>Paella vegetal</b>														<b>Paella vegetal</b>						<b>Mac and Cheese</b> (1,3,6,7,10)					
Vegetable "paella"														Vegetable "paella"						Mac and Cheese					
<b>Hamburguesa de ternera encebollada con patatitas dado</b> (6,7,12)														<b>Hamburguesa de ternera encebollada con patatitas dado</b> (6,7,12)						<b>Hamburguesa de ternera encebollada con patatitas dado</b> (6,7,12)					
Hake fillet with "pisto" & herby potatoes														Hake fillet with "pisto" & herby potatoes						Hamburger with Onion & diced potatoes					
<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>														<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>						<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>					
kcal 885 Lip 38,6 Prot 50,2 HdC 84														kcal 827 Lip 28,8 Prot 31,5 HdC 110						kcal 885 Lip 38,6 Prot 50,2 HdC 84					
31 - Italian Friday														30						31 - Italian Friday					
<b>Crema de berenjenas con queso rallado</b> (3,7,12)														<b>Crema de berenjenas con queso rallado</b> (3,7,12)						<b>Crema de berenjenas con queso rallado</b> (3,7,12)					
Creamy aubergine soup & grated cheese														"Cocido" soup						Creamy aubergine soup & grated cheese					
<b>Lasaña casera Italiana (de carne)</b> (1,3,6,7,10)														<b>Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)</b>						<b>Lasaña casera Italiana (de carne)</b> (1,3,6,7,10)					
Homemade meaty lasagna														Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots						Homemade meaty lasagna					
<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>														<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>						<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>					
kcal 712 Lip 22,2 Prot 44,1 HdC 84														kcal 785 Lip 27,9 Prot 31,6 HdC 102						kcal 712 Lip 22,2 Prot 44,1 HdC 84					

# Menú Primaria sin carne de cerdo - ENERO / JANUARY 2025

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



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

LUNES / MONDAY		MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
13		14		8	9	10 - French Friday
<b>Patatas guisadas con verdura</b> (guisadas con zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,2)		<b>Crema de puerros con quesito</b> (3,7,12)		<b>Sopa de pescado con arroz</b> (2,4,14)	<b>Fideuá mixta</b> (1,3,6,10) (pollo y verduras)	<b>Cassoulet</b> (guiso de <b>judías blancas ecológicas</b> )
Potatoes and vegetables casserole		Creamy of leeks soup & cheese		Rice & fish soup	Chicken & vegetables fideuá	Cassoulet (organic beans soup)
<b>Fil. de merluza al horno con ens. De tomate aliñado con AOVE y orégano</b> (4)		<b>Tortilla francesa con verduritas y cous-cous</b> (1,3,6,10)		<b>Albóndigas de ternera en salsa de zanahorias y champiñones con patatas dado</b> (1,6,7,12)	<b>Fil. De merluza a la andaluza con ensalada variada</b> (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)	<b>Quiché de queso y calabacín con ens. Mixta</b> (lechuga, tomate, maíz) (1,3,5,6,7,8,10,11)
Grilled hake fillet and fresh tomato tossed with olive oil extra and oregano		Plain omelette with vegetables & cous-cous		Meatballs in carrot & mushroom sauce with diced potatoes	Breaded hake fillet with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Zucchini and cheesy "Quiche" & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
<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/ Dairy desserts</b>
20		21		15	16	17 - Indian Friday
<b>Spaghetti con salsa de tomate casera</b> (1,3,6,10)		<b>Puré de calabaza y zanahorias</b> (12)		<b>Sopa casera de verduras con fideos</b> (1,3,6,10)	<b>Macarrones con salsa Pirata</b> (1,3,6,7,10)	<b>Kedgeree Indio</b> (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Spaghetti with home made tomato sauce		Creamy of pumpkins and carrot soup		Homemade vegetables soup	Maccaroni with home made tomato sauce, cream and oregano	Kedgeree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
<b>Sepia rebozada con ensalada</b> (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)		<b>Filete de pollo en salsa con verduritas y arroz al vapor</b>		<b>Complemento (sin carne) (garbanzos ecológicos)</b>	<b>Salmón a la naranja con verduritas salteadas</b> (4)	<b>Curry suave de pollo con ensalada verde</b> (7)
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)		Chicken fillet in sauce with vegetables and steamed rice		Chick-peas stewed with potatoes and carrots	Salmon cooked in orange sauce with vegetables	Mild curry chicken & 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/ Dairy desserts</b>
27		28		22	23	24 - American Friday
<b>Guiso de patatas marineras</b> (preparado de marisco sin concha) (2,4,12,14)		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Paella vegetal</b>	<b>Mac and Cheese</b> (1,3,6,7,10)
Potato and fish casserole		Organic Lentils soup & vegetables		Organic Lentils soup & vegetables	Vegetable "paella"	Mac and Cheese
<b>Filete de pollo al horno con tomate grillé</b> (asado con orégano)		<b>Omelette de calabacín y jamón york con juliana de lechuga y zanahoria rallada</b> (3,6)		<b>Tortilla francesa de queso con ensalada de quinoa y tomate</b> (3,7)	<b>Fil. de merluza con pisto y patatas hervidas a las finas hierbas</b> (4,12)	<b>Hamburguesa de ternera encebollada con patatitas dado</b> (6,7,12)
Grilled chicken fillet with roasted tomato		Zucchini and ham omelette with lettuce and carrot salad		Cheesy omelette with diced fresh tomato and quinoa	Hake fillet with "pisto" & herby potatoes	Hamburger with Onion & 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>	<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>
31		30		29	30	31 - Italian Friday
<b>Guiso de patatas marineras</b> (preparado de marisco sin concha) (2,4,12,14)		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)		<b>Arroz con salsa de tomate casera</b>	<b>Sopa casera de verduras con fideos</b> (1,3,6,10)	<b>Crema de berenjenas con quesito rallado</b> (3,7,12)
Potato and fish casserole		Organic Lentils soup & vegetables		Rice with homemade tomato sauce	Homemade vegetables soup	Creamy aubergine soup & grated cheese
<b>Filete de pollo al horno con tomate grillé</b> (asado con orégano)		<b>Omelette de calabacín y jamón york con juliana de lechuga y zanahoria rallada</b> (3,6)		<b>Fil. de merluza al horno con guarnición de calabaza y batata al horno</b> (4)	<b>Complemento (sin carne) (garbanzos ecológicos)</b>	<b>Lasaña casera Italiana (de boloñesa vegetal con prof. Soja o guisante)</b> (1,3,6,7,10)
Grilled chicken fillet with roasted tomato		Zucchini and ham omelette with lettuce and carrot salad		Grilled hake fillet with roasted pumpkin and sweet potato	Chick-peas stewed with potatoes and carrots	Homemade "lasagna" (peas or soya protein)
<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/ Dairy desserts</b>

# Menú Primaria sin huevo ni lactosa - JANUARY/ ENERO 2025

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



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

LUNES / MONDAY		MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
13		14		8	9	10 - French Friday
<b>Patatas a la Riojana</b> (guisadas con zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla y rodaja de chorizo) (12)		<b>Crema de puerros</b> (12). No queso.		<b>Sopa de pescado con arroz</b> (2,4,14)	<b>Fideuá mixta</b> (pasta sin alérgenos) (pollo y verduras)	<b>Cassoulet</b> (guiso de judías blancas ecológicas)
Potatoes, vegetables and "chorizo" casserole		Creamy of leeks soup		Rice & fish soup	Chicken & vegetables fideuá. Allergen free pasta.	Cassoulet (organic beans soup)
<b>Fil. de merluza al horno con ens. De tomate aliñado con AOVE y orégano</b> (4)		<b>Taquitos de lomo de cerdo con verduras y cous-cous</b> (1,6,10)		<b>Pollo en salsa de zanahorias y champiñones con patatas dado</b> (12)	<b>Fil. De merluza a la andaluza con ensalada variada</b> (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)	<b>"Tortilla" (elaborada con harina de garbanzos) de calabacín con ens. Mixta</b> (lechuga, tomate, maíz)
Grilled hake fillet and fresh tomato tossed with olive oil extra and oregano		Diced pork with vegetables & cous-cous		Diced chicken in carrot & mushroom sauce with diced potatoes	Breaded hake fillet with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Zucchini omelette (with chickpeas flour) & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
<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 de vainilla</b> (6)/ <b>Vanila soy desserts</b>
20		21		15	16	17 - Indian Friday
<b>Spaghetti sin alérgenos con salsa de tomate casera</b>		<b>Puré de calabaza y zanahorias</b> (12)		<b>Sopa de cocido</b> (fideos sin alérgenos)	<b>Macarrones sin alérgenos con salsa Pirata</b> (7)	<b>Kedgerie Indio</b> (4) (arroz con pescado condimentado con especias)
Spaghetti (allergen free) with home made tomato sauce		Creamy of pumpkins and carrot soup		"Cocido" soup (allergen free noodles)	Macaroni (allergen free) with home made tomato sauce, cream and oregano	Kedgerie (3,4) (Rice seasoned, fish)
<b>Fil. de merluza al limón (horno) con ensalada</b> (lechuga, maíz, zanahoria) (4)		<b>Magro de cerdo guisado con verduras y arroz al vapor</b>		<b>Complemento del cocido</b> (garbanzos ecológicos)	<b>Salmón a la naranja con verduras salteadas</b> (4)	<b>Taquitos de pollo con toque de curry (no nata) con ensalada verde</b>
Grilled hake fillet & salad (lettuce, maize, carrot)		Pork lean in sauce with vegetables and steamed rice		Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Salmon cooked in orange sauce with vegetables	Diced chicken with a fine touch of curry and 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 de vainilla</b> (6)/ <b>Vanila soy desserts</b>
27		28		22	23	24 - American Friday
<b>Guiso de patatas marineras</b> (preparado de marisco sin concha) (2,4,12,14)		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Paella vegetal</b>	<b>Mac and Cheese</b> (7). Pasta sin alérgenos.
Potato and fish casserole		Organic Lentils soup & vegetables		Organic Lentils soup & vegetables	Vegetable "paella"	Mac (allergen free) and Cheese
<b>Lomo de cerdo al horno con tomate grillé</b> (asado con orégano)		<b>"Omelette" (con harina de garbanzos) de calabacín y jamón york con juliana de lechuga y zanahoria rallada</b> (6)		<b>"Tortilla francesa" (elaborada con harina de garbanzos) con ensalada de quinoa y tomate</b>	<b>Fil. de merluza con pisto y patatas hervidas a las finas hierbas</b> (4,12)	<b>Hamburguesa casera sin alérgenos de ternera encebollada con patatitas dado</b> (12)
Grilled pork loin with roasted tomato		Zucchini and ham omelette (with chickpeas flour) with salad		"Plain omelette" (with chickpeas flour) with diced fresh tomato and quinoa	Hake fillet with "pisto" & herby potatoes	Home made allergen free burger with Onion & 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>	<b>Postre de soja de vainilla</b> (6)/ <b>Vanila soy desserts</b>
31		30		29	30	31 - Italian Friday
<b>Guiso de patatas marineras</b> (preparado de marisco sin concha) (2,4,12,14)		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)		<b>Arroz con salsa de tomate casera</b>	<b>Sopa de cocido</b> (fideos sin alérgenos)	<b>Crema de berenjenas con queso rallado</b> (3,7,12)
Potato and fish casserole		Organic Lentils soup & vegetables		Rice with homemade tomato sauce	"Cocido" soup (allergen free noodles)	Creamy aubergine soup & grated cheese
<b>Lomo de cerdo al horno con tomate grillé</b> (asado con orégano)		<b>"Omelette" (con harina de garbanzos) de calabacín y jamón york con juliana de lechuga y zanahoria rallada</b> (6)		<b>Fil. de merluza al horno con guarnición de calabaza y batata al horno</b> (4)	<b>Complemento del cocido</b> (garbanzos ecológicos)	<b>Lasaña casera Italiana (de carne)</b> (Elaborada con placas de pasta sin alérgeno). No bechamel.
Grilled pork loin with roasted tomato		Zucchini and ham omelette (with chickpeas flour) with salad		Grilled hake fillet with roasted pumpkin and sweet potato	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Homemade meaty lasagna (allergen free)
<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 de vainilla</b> (6)/ <b>Vanila soy desserts</b>

# Menú Primaria sin lactosa - JANUARY/ ENERO 2025

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



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

LUNES / MONDAY		MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
13		14		8	9	10 - French Friday
<b>Patatas a la Riojana</b> (guisadas con zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla y rodaja de chorizo) (12)		<b>Crema de puerros</b> (12). No queso.		<b>Sopa de pescado con arroz</b> (2,4,14)	<b>Fideuá mixta</b> (1,3,6,10) (pollo y verduras)	<b>Cassoulet</b> (guiso de <b>judías blancas ecológicas</b> )
Potatoes, vegetables and "chorizo" casserole		Creamy of leeks soup		Rice & fish soup	Chicken & vegetables fideuá	Cassoulet (organic beans soup)
<b>Fil. de merluza al horno con ens. De tomate aliñado con AOVE y orégano</b> (4)		<b>Taquitos de lomo de cerdo con verduritas y cous-cous</b> (1,6,10)		<b>Pollo en salsa de zanahorias y champiñones con patatas dado</b> (12)	<b>Fil. De merluza a la andaluza con ensalada variada</b> (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)	<b>Tortilla de calabacín con ens. Mixta</b> (lechuga, tomate, maíz) (3)
Grilled hake fillet and fresh tomato tossed with olive oil extra and oregano		Diced pork with vegetables & cous-cous		Diced chicken in carrot & mushroom sauce with diced potatoes	Breaded hake fillet with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Zucchini omelette & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
<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 de vainilla</b> (6)/ <b>Vanilla soy desserts</b>
20		21		15	16	17 - Indian Friday
<b>Spaghetti con salsa de tomate casera</b> (1,3,6,10)		<b>Puré de calabaza y zanahorias</b> (12)		<b>Sopa de cocido</b> (1,3,6,10)	<b>Macarrones con salsa casera de tomate</b> (1,3,6,10)	<b>Kedgerie Indio</b> (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Spaghetti with home made tomato sauce		Creamy of pumpkins and carrot soup		"Cocido" soup	Maccaroni with home made tomato sauce and oregano	Kedgerie (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
<b>Fil. de merluza al limón (horno) con ensalada</b> (lechuga, maíz, zanahoria) (4)		<b>Magro de cerdo guisado con verduritas y arroz al vapor</b>		<b>Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)</b>	<b>Salmón a la naranja con verduritas salteadas</b> (4)	<b>Taquitos de pollo con toque de curry (no nata) con ensalada verde</b>
Grilled hake fillet & salad (lettuce, maize, carrot)		Pork lean in sauce with vegetables and steamed rice		Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Salmon cooked in orange sauce with vegetables	Diced chicken with a fine touch of curry and 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 de vainilla</b> (6)/ <b>Vanilla soy desserts</b>
27		28		22	23	24 - American Friday
<b>Guiso de patatas marineras</b> (preparado de marisco sin concha) (2,4,12,14)		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Paella vegetal</b>	<b>Macarrones con salsa de tomate casera y albahaca</b> (1,3,6,10)
Potato and fish casserole		Organic Lentils soup & vegetables		Organic Lentils soup & vegetables	Vegetable "paella"	Macaronni with home made tomato sauce and basil
<b>Lomo de cerdo al horno con tomate grillé</b> (asado con orégano)		<b>Omelette de calabacín y jamón york con juliana de lechuga y zanahoria rallada</b> (3,6)		<b>Tortilla francesa con ensalada de quinoa y tomate</b> (3)	<b>Fil. de merluza con pisto y patatas hervidas a las finas hierbas</b> (4,12)	<b>Hamburguesa casera sin alérgenos de ternera encebollada con patatitas dado</b> (12)
Grilled pork loin with roasted tomato		Zucchini and ham omelette with lettuce and carrot salad		Plain omelette with diced fresh tomato and quinoa	Hake fillet with "pisto" & herby potatoes	Home made allergen free amburger with Onion & 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>	<b>Postre de soja de vainilla</b> (6)/ <b>Vanilla soy desserts</b>
31		30		29	30	31 - Italian Friday
<b>Guiso de patatas marineras</b> (preparado de marisco sin concha) (2,4,12,14)		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)		<b>Arroz con salsa de tomate casera</b>	<b>Sopa de cocido casera</b> (1,3,6,10)	<b>Crema de berenjenas</b> (12)
Potato and fish casserole		Organic Lentils soup & vegetables		Rice with homemade tomato sauce	"Cocido" soup	Creamy aubergine soup
<b>Lomo de cerdo al horno con tomate grillé</b> (asado con orégano)		<b>Omelette de calabacín y jamón york con juliana de lechuga y zanahoria rallada</b> (3,6)		<b>Fil. de merluza al horno con guarnición de calabaza y batata al horno</b> (4)	<b>Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)</b>	<b>Lasaña casera Italiana (de carne)</b> (1,3,6,10). No bechamel.
Grilled pork loin with roasted tomato		Zucchini and ham omelette with lettuce and carrot salad		Grilled hake fillet with roasted pumpkin and sweet potato	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Homemade meaty lasagna (no bechamel sauce)
<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 de vainilla</b> (6)/ <b>Vanilla soy desserts</b>

# Menú Primaria sin pescado azul - ENERO / JANUARY 2025

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



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

LUNES / MONDAY		MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
13		14		8	9	10 - French Friday
<b>Patatas a la Riojana</b> (guisadas con zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla y rodaja de chorizo) (12)		<b>Crema de puerros con queso</b> (3,7,12)		<b>Sopa de vegetales con arroz.</b>	<b>Fideuá mixta</b> (1,3,6,10) (pollo y verduras)	<b>Cassoulet</b> (guiso de <b>judías blancas ecológicas</b> )
Potatoes, vegetables and "chorizo" casserole		Creamy of leeks soup & cheese		Rice & vegetables soup	Chicken & vegetables fideuá	Cassoulet (organic beans soup)
<b>Fil. de merluza al horno con ens. De tomate aliñado con AOVE y orégano</b> (4)		<b>Taquitos de lomo de cerdo con verduritas y cous-cous</b> (1,6,10)		<b>Albóndigas de ternera en salsa de zanahorias y champiñones con patatas dado</b> (1,6,7,12)	<b>Fil. De merluza a la andaluza con ensalada variada</b> (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)	<b>Quiché Lorraine con ens. Mixta</b> (lechuga, tomate, maíz) (1,3,5,6,7,8,10,11)
Grilled hake fillet and fresh tomato tossed with olive oil extra and oregano		Diced pork with vegetables & cous-cous		Meatballs in carrot & mushroom sauce with diced potatoes	Breaded hake fillet with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	"Quiche Lorraine" & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
<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/ Dairy desserts</b>
20		21		15	16	17 - Indian Friday
<b>Spaghetti con salsa de tomate casera</b> (1,3,6,10)		<b>Puré de calabaza y zanahorias</b> (12)		<b>Sopa de cocido</b> (1,3,6,10)	<b>Macarrones con salsa Pirata</b> (1,3,6,7,10)	<b>Kedgeree Indio</b> (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias). NO ATÚN.
Spaghetti with home made tomato sauce		Creamy of pumpkins and carrot soup		"Cocido" soup	Maccaroni with home made tomato sauce, cream and oregano	Kedgeree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg). No tuna.
<b>Sepia rebozada con ensalada</b> (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)		<b>Magro de cerdo guisado con verduritas y arroz al vapor</b>		<b>Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)</b>	<b>Tortilla francesa con verduritas salteadas</b> (3)	<b>Curry suave de pollo con ensalada verde</b> (7)
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)		Pork lean in sauce with vegetables and steamed rice		Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Plain omelette with vegetables	Mild curry chicken & 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/ Dairy desserts</b>
27		28		22	23	24 - American Friday
<b>Guiso de patatas con verduras</b> (12)		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Paella vegetal</b>	<b>Mac and Cheese</b> (1,3,6,7,10)
Potato and vegetable casserole		Organic Lentils soup & vegetables		Organic Lentils soup & vegetables	Vegetable "paella"	Mac and Cheese
<b>Lomo de cerdo al horno con tomate grillé</b> (asado con orégano)		<b>Omelette de calabacín y jamón york con juliana de lechuga y zanahoria rallada</b> (3,6)		<b>Tortilla francesa de queso con ensalada de quinoa y tomate</b> (3,7)	<b>Fil. de merluza con pisto y patatas hervidas a las finas hierbas</b> (4,12)	<b>Hamburguesa de ternera encebollada con patatitas dado</b> (6,7,12)
Grilled pork loin with roasted tomato		Zucchini and ham omelette with lettuce and carrot salad		Cheesy omelette with diced fresh tomato and quinoa	Hake fillet with "pisto" & herby potatoes	Hamburger with Onion & 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>	<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>
31		30		29	30	31 - Italian Friday
<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)		<b>Arroz con salsa de tomate casera</b>	<b>Sopa de cocido casera</b> (1,3,6,10)	<b>Crema de berenjenas con queso rallado</b> (3,7,12)
Organic Lentils soup & vegetables		Organic Lentils soup & vegetables		Rice with homemade tomato sauce	"Cocido" soup	Creamy aubergine soup & grated cheese
<b>Lomo de cerdo al horno con tomate grillé</b> (asado con orégano)		<b>Omelette de calabacín y jamón york con juliana de lechuga y zanahoria rallada</b> (3,6)		<b>Fil. de merluza al horno con guarnición de calabaza y batata al horno</b> (4)	<b>Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)</b>	<b>Lasaña casera Italiana (de carne)</b> (1,3,6,7,10)
Grilled pork loin with roasted tomato		Zucchini and ham omelette with lettuce and carrot salad		Grilled hake fillet with roasted pumpkin and sweet potato	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Homemade meaty lasagna
<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/ Dairy desserts</b>

# Menú Primaria pesquetariano - ENERO / JANUARY 2025

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



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

LUNES / MONDAY		MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
13		14		8	9	10 - French Friday
<b>Patatas guisadas con verdura</b> (guisadas con zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,2)		<b>Crema de puerros con queso</b> (3,7,12)		<b>Sopa de pescado con arroz</b> (2,4,14)	<b>Fideuá de verduras</b> (1,3,6,10)	<b>Cassoulet</b> (guiso de <b>judías blancas ecológicas</b> )
Potatoes and vegetables casserole		Creamy of leeks soup & cheese		Rice & fish soup	Vegetables "fideua"	Cassoulet (organic beans soup)
<b>Fil. de merluza al horno con ens. De tomate aliñado con AOVE y orégano</b> (4)		<b>Tortilla francesa con verduritas y cous-cous</b> (1,3,6,10)		<b>Albóndigas vegetarianas en salsa de zanahorias y champiñones con patatas dadas</b> (1,6,12)	<b>Fil. De merluza a la andaluza con ensalada variada</b> (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)	<b>Quiché de queso y calabacín con ens. Mixta</b> (lechuga, tomate, maíz) (1,3,5,6,7,8,10,11)
Grilled hake fillet and fresh tomato tossed with olive oil extra and oregano		Plain omelette with vegetables & cous-cous		Vegetarian Meatballs in carrot & mushroom sauce with diced potatoes	Breaded hake fillet with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Zucchini and cheesy "Quiche" & salad (lettuce, fresh tomato, maize)
<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/ Dairy desserts</b>
20		21		15	16	17 - Indian Friday
<b>Spaghetti con salsa de tomate casera</b> (1,3,6,10)		<b>Puré de calabaza y zanahorias</b> (12)		<b>Sopa casera de verduras con fideos</b> (1,3,6,10)	<b>Macarrones con salsa Pirata</b> (1,3,6,7,10)	<b>Kedgeree Indio</b> (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Spaghetti with home made tomato sauce		Creamy of pumpkins and carrot soup		Homemade vegetables soup	Maccaroni with home made tomato sauce, cream and oregano	Kedgeree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
<b>Sepia rebozada con ensalada</b> (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)		<b>Tomates rellenos con verduritas, taquitos de tofu y arroz al vapor</b> (1,6)		<b>Complemento (sin carne) (garbanzos ecológicos)</b>	<b>Salmón a la naranja con verduritas salteadas</b> (4)	<b>Curry suave de seitán con ensalada verde</b> (1,6,7)
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)		Chicken fillet in sauce with vegetables, diced tofu and steamed rice		Chick-peas stewed with potatoes and carrots	Salmon cooked in orange sauce with vegetables	Mild curry seitan & 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/ Dairy desserts</b>
27		28		22	23	24 - American Friday
<b>Guiso de patatas marineras</b> (preparado de marisco sin concha) (2,4,12,14)		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Paella vegetal</b>	<b>Mac and Cheese</b> (1,3,6,7,10)
Potato and fish casserole		Organic Lentils soup & vegetables		Organic Lentils soup & vegetables	Vegetable "paella"	Mac and Cheese
<b>Pakoros vegetales caseras con tomate grillé</b> (asado con orégano)		<b>Omelette de calabacín con juliana de lechuga y zanahoria rallada</b> (3)		<b>Tortilla francesa de queso con ensalada de quinoa y tomate</b> (3,7)	<b>Fil. de merluza con pisto y patatas hervidas a las finas hierbas</b> (4,12)	<b>Hamburguesa casera de prof. Soja encebollada con patatitas dadas</b> (1,6,7,12)
Vegetable pakoras (home made) with roasted tomato		Zucchini omelette with lettuce and carrot salad		Cheesy omelette with diced fresh tomato and quinoa	Hake fillet with "pisto" & herby potatoes	Homemade hamburger (soya protein) with Onion & 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>	<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>
31		30		29	30	31 - Italian Friday
<b>Guiso de patatas marineras</b> (preparado de marisco sin concha) (2,4,12,14)		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)		<b>Arroz con salsa de tomate casera</b>	<b>Sopa casera de verduras con fideos</b> (1,3,6,10)	<b>Crema de berenjenas con queso rallado</b> (3,7,12)
Potato and fish casserole		Organic Lentils soup & vegetables		Rice with homemade tomato sauce	Homemade vegetables soup	Creamy aubergine soup & grated cheese
<b>Pakoros vegetales caseras con tomate grillé</b> (asado con orégano)		<b>Omelette de calabacín con juliana de lechuga y zanahoria rallada</b> (3)		<b>Fil. de merluza al horno con guarnición de calabaza y batata al horno</b> (4)	<b>Complemento (sin carne) (garbanzos ecológicos)</b>	<b>Lasaña casera Italiana (de boloñesa vegetal con prof. Soja o guisante)</b> (1,3,6,7,10)
Vegetable pakoras (home made) with roasted tomato		Zucchini omelette with lettuce and carrot salad		Grilled hake fillet with roasted pumpkin and sweet potato	Chick-peas stewed with potatoes and carrots	Homemade "lasagna" (peas or soya protein)
<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/ Dairy desserts</b>

# Menú Primaria sin tomate - JANUARY / ENERO 2025

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



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

LUNES / MONDAY		MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
13		14		8	9	10 - French Friday
<b>Patatas a la Riojana</b> (guisadas con zanahorias, pimiento verde y rojo, cebolla y rodaja de chorizo) (12)		<b>Crema de puerros con queso</b> (3,7,12)		<b>Sopa de pescado con arroz</b> (2,4,14)	<b>Fideuá mixta</b> (1,3,6,10) (pollo y verduras)	<b>Cassoulet</b> (guiso de <b>judías blancas ecológicas</b> )
Potatoes, vegetables and "chorizo" casserole		Creamy of leeks soup & cheese		Rice & fish soup	Chicken & vegetables fideuá	Cassoulet (organic beans soup)
<b>Fil. de merluza al horno con ensalada variada (sin tomate)</b> (4)		<b>Taquitos de lomo de cerdo con verduritas y cous-cous</b> (1,6,10)		<b>Albóndigas de ternera en salsa de zanahorias y champiñones con patatas dado</b> (1,6,7,12)	<b>Fil. De merluza a la andaluza con ensalada variada</b> (lechuga, zanahoria rallada) (1,4,6,10)	<b>Quiché Lorraine con ens. Mixta</b> (lechuga, maíz) (1,3,5,6,7,8,10,11)
Grilled hake fillet and salad (no fresh tomato)		Diced pork with vegetables & cous-cous		Meatballs in carrot & mushroom sauce with diced potatoes	Breaded hake fillet with salad (lettuce, shredded carrot)	"Quiche Lorraine" & salad (lettuce, maize)
<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/ Dairy desserts</b>
20		21		15	16	17 - Indian Friday
<b>Spaghetti con queso (sin tomate)</b> (1,3,6,7,10)		<b>Puré de calabaza y zanahorias</b> (12)		<b>Sopa de cocido</b> (1,3,6,10)	<b>Macarrones salteados al aggio e olio</b> (1,3,6,10)	<b>Kedgeree Indio</b> (3,4) (arroz con pescado y huevo condimentado con especias)
Spaghetti with cheese (no tomato)		Creamy of pumpkins and carrot soup		"Cocido" soup	Maccaroni aggio e olio	Kedgeree (3,4) (Rice seasoned, fish and egg)
<b>Sepia rebozada</b> con ensalada (lechuga, maíz, zanahoria) (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)		<b>Magro de cerdo guisado con verduritas y arroz al vapor</b>		<b>Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)</b>	<b>Fil. merluza al ajillo y patatas hervidas a las finas hierbas</b> (4)	<b>Curry suave de pollo con ensalada verde</b> (7)
Squid fritters & salad (lettuce, maize, carrot)		Pork lean in sauce with vegetables and steamed rice		Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Garlic hake fillet & herby potatoes	Mild curry chicken & 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/ Dairy desserts</b>
27		28		22	23	24 - American Friday
<b>Guiso de patatas marineras</b> (preparado de marisco sin concha) (2,4,12,14)		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)	<b>Paella vegetal</b>	<b>Mac and Cheese</b> (1,3,6,7,10)
Potato and fish casserole		Organic Lentils soup & vegetables		Organic Lentils soup & vegetables	Vegetable "paella"	Mac and Cheese
<b>Lomo de cerdo al horno con judías verdes salteadas</b>		<b>Omelette de calabacín y jamón york con juliana de lechuga y zanahoria rallada</b> (3,6)		<b>Tortilla francesa de queso con ensalada de quinoa</b> (3,7)	<b>Fil. de merluza con pisto y patatas hervidas a las finas hierbas</b> (4,12)	<b>Hamburguesa de ternera encebollada con patatitas dado</b> (6,7,12)
Grilled pork loin with green beans		Zucchini and ham omelette with lettuce and carrot salad		Cheesy omelette with quinoa	Hake fillet with "pisto" & herby potatoes	Hamburger with Onion & 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>	<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>
31		30		29	30	31 - Italian Friday
<b>Guiso de patatas marineras</b> (preparado de marisco sin concha) (2,4,12,14)		<b>Lentejas ecológicas campesinas</b> (estofadas con verduras)		<b>Arroz con verduras al estilo Pilaf</b>	<b>Sopa de cocido casera</b> (1,3,6,10)	<b>Crema de berenjenas con queso rallado</b> (3,7,12)
Potato and fish casserole		Organic Lentils soup & vegetables		Rice with vegetables	"Cocido" soup	Creamy aubergine soup & grated cheese
<b>Lomo de cerdo al horno con judías verdes salteadas</b>		<b>Omelette de calabacín y jamón york con juliana de lechuga y zanahoria rallada</b> (3,6)		<b>Fil. de merluza al horno con guarnición de calabaza y batata al horno</b> (4)	<b>Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)</b>	<b>Lasaña casera Italiana (de carne)</b> (1,3,6,7,10). No tomate.
Grilled pork loin with green beans		Zucchini and ham omelette with lettuce and carrot salad		Grilled hake fillet with roasted pumpkin and sweet potato	Chick-peas stewed with meat, potatoes and carrots	Homemade meaty lasagna (no 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/ Dairy desserts</b>