



LUNES * MONDAY

6

NO SCHOOL
NO HAY CLASES

MARTES * TUESDAY

7

White rice with tomato
Arroz blanco con tomate
Grilled hake with parsley and salad
Filete de merluza a la plancha con perejil y ensalada

Seasonal fruit & whole wheat bread
Fruta de temporada y pan integral

MIÉRCOLES * WEDNESDAY

8

Sautéed green beans
Judías verdes rehogadas
Red bean chili with meat
Chili de alubias pintas con carne

Yogurt and bread
Yogurt y pan

JUEVES * THURSDAY

9

Wholemeal pasta with tomato sauce
Macarrones integrales con tomate
Curry chicken thighs with salad
Muslos de pollo al curry con ensalada

Seasonal fruit & whole wheat bread
Fruta de temporada y pan integral

VIERNES * FRIDAY

10

Carrot purée
Puré de zanahoria
Spanish omelet with fresh tomatoes and basil
Tortilla de patata con tomate natural y albahaca

Seasonal fruit and bread
Fruta de temporada y pan

Spaghetti with chorizo and tomato sauce

Espaguetis con chorizo y salsa de tomate

Hake in sanfaina with salad
Merluza en sanfaina con ensalada

Seasonal fruit and bread
Fruta de temporada y pan

Lentils with vegetables
Lentejas con verduras

Egg and cod quiche with salad
Quiche de huevo y bacalao con ensalada

Yogurt & whole wheat bread
Yogur y pan integral

Cream of Broccoli and Zucchini

Crema de brócoli y calabacín
Breaded Chicken with Salad

Pollo empanado con ensalada

Seasonal fruit and bread
Fruta de temporada y pan

Milanese style rice with cheese

Arroz a la milanese con queso
Grilled salmon with dill and salad
Salmón a la plancha con eneldo y ensalada

Seasonal fruit & whole wheat bread
Fruta de temporada y pan integral

Soup with wholemeal noodles

Sopa de cocido con fideos integrales
Cocido with chickpeas

Cocido de garbanzos completo

Seasonal fruit and bread
Fruta de temporada y pan

Rice with tomato sauce
Arroz blanco con tomate

Meatballs (mixed burger meat) with pumpkin sauce and curry

Albóndigas (burger meat mixta) con salsa de calabaza y curry

Seasonal fruit and bread
Fruta de temporada y pan

Lentils with pumpkin and carrot
Lentejas con calabaza y zanahoria

Potato omelette with natural tomato

Tortilla de patata con tomate natural

Seasonal fruit & whole wheat bread
Fruta de temporada y pan integral

Wholemeal pasta with minced and tomato sauce

Espaguetis integrales con picadillo y salsa de tomate

Roast chicken with herbs with salad
Pollo asado a las finas hierbas con ensalada

Seasonal fruit and bread
Fruta de temporada y pan

Rice with vegetables and soybeans

Arroz con verduras y soja
Roast turkey with vegetables

Pavo asado con verduras

Yogurt and bread
Yogurt y pan

Potatoes au gratin with bechamel

Patatas gratinadas con bechamel
Hake only style with salad

Merluza only con ensalada

Seasonal fruit and bread
Fruta de temporada y pan

Lentils with vegetables
Lentejas con verduras

Galician-style hake with salad
Merluza a la gallega con ensalada

Seasonal fruit and bread
Fruta de temporada y pan

Colorful spiral pasta sautéed with vegetables

Espirales de colores salteados con verduras

Garlic chicken thighs with salad
Muslos de pollo al ajillo con ensalada

Seasonal fruit and bread
Fruta de temporada y pan

Gazpacho

Gazpacho andaluz

Spanish potato omelette with salad
Tortilla de patata española con ensalada

Yogurt and bread
Yogurt y pan

Soup with wholemeal noodles

Sopa de cocido con fideos integrales
Cocido with chickpeas

Cocido de garbanzos completo

Seasonal fruit & whole wheat bread
Fruta de temporada y pan integral

MENÚ HÍBRIDO

- Plato caliente de cuchara servido por el comedor del colegio.
- El acompañamiento, pan y postre se traerán desde casa.