LUNCH MENU OF NOVEMBER
NOVIEMBRE 2026

LUNES · MONDAY	MARTES · TUESDAY	MIÉRCOLES · WEDNESDAY	JUEVES · THURSDAY	VIERNES · FRIDAY
2 **NO SCHOOL** NO HAY CLASES	**3** **Potatoes au gratin with bechamel** Patatas gratinadas con bechamel **Scalloped Potatoes** Escalopines de cerdo en salsa con ensalada **Seasonal fruit & whole wheat bread** Fruta de temporada y pan integral	**4** **Pasta with herbed tomato sauce** Espaguetis integrales con salsa de tomate y albahaca **Breaded fish with salad** Merluza empanada con ensalada **Yogurt and bread** Yogur y pan	**5** **Green beans provençal style** Judías verdes a la provenzal **Mustard-glazed turkey ragout with tomatoes and mozzarella** Ragout de pavo a la mostaza con tomate y mozzarella **Seasonal fruit & whole wheat bread** Fruta de temporada y pan integral	**6** **Cream of pumpkin and zucchini soup** Crema de calabaza y calabacín **Roast chicken with herbs and potatoes** Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas **Seasonal fruit and bread** Fruta de temporada y pan
9 **Cream of vegetable soup** Crema de verduras **Zucchini and tomato quiche with salad** Quiche de calabacín y tomate con ensalada **Seasonal fruit and bread** Fruta de temporada y pan	**10** **Lentils with vegetables** Lentejas con verduras **Grilled chicken with salad** Pollo a la plancha con ensalada **Seasonal fruit & whole wheat bread** Fruta de temporada y pan integral	**11** **Mexican-style green beans with egg** Judías verdes a la mexicana con huevo **Mexican taco with potatoes** Taco mexicano con patatas **Yogurt and bread** Yogur y pan	**12** **Rice with lean pork** Arroz con magro **"Vizcaína" style fish with egg and fresh tomato** Filete merluza a la vizcaína con huevo picado y guarnición de tomate natural **Seasonal fruit & whole wheat bread** Fruta de temporada y pan integral	**13** **Noodle Soup** Sopa de cocido con fideos integrales **Cocido with chickpeas** Cocido de garbanzos completo **Seasonal fruit and bread** Fruta de temporada y pan
16 **Rice with tomato sauce** Arroz blanco con salsa de tomate **Grilled fish with salad** Merluza a la plancha con ensalada **Seasonal fruit and bread** Fruta de temporada y pan	**17** **White beans with vegetables** Alubias blancas con verduras **Ham croquettes with salad** Croquetas de jamón con ensalada **Seasonal fruit & whole wheat bread** Fruta de temporada y pan integral	**18** **Stewed potatoes with lean pork** Patatas guisadas con magro **Baked chicken thighs with salad** Muslos de pollo al horno con ensalada **Seasonal fruit and bread** Fruta de temporada y pan	**19** **Carrot puree** Puré de zanahoria **Spaghetti bolognese with tomato** Espaguetis a la boloñesa con tomate **Yogurt & whole wheat bread** Yogur y pan integral	**20** **Chickpeas with pumpkin** Garbanzos con calabaza **Potato omelette with salad** Tortilla de patata con ensalada **Seasonal fruit and bread** Fruta de temporada y pan
23 **Lentils with vegetables** Lentejas con verduras **Hake in light sauce with salad** Merluza en salsa ligera con ensalada **Seasonal fruit and bread** Fruta de temporada y pan	**24** **Green beans with tomato** Judías verdes con tomate **Meatballs with vegetables and potatoes** Albóndigas (burguer meat mixta) con verduras y patatas dado **Seasonal fruit & whole wheat bread** Fruta de temporada y pan integral	**25** **Chicken and vegetable paella** Paella de pollo y verduras **Tuna with tomato sauce and salad** Atún con salsa de tomate y ensalada **Yogurt and bread** Yogurt y pan	**26** Special Thanksgiving Day	**27** **Asian-style noodles** Tallarines estilo oriental **Lean meat dumplings with chorizo and peas** Carcamusas de magro con chorizo y guisantes **Seasonal fruit and bread** Fruta de temporada y pan
30 **Lentils with rice** Lentejas con arroz **Roasted turkey with vegetables** Redondo de pavo asado con verduras **Seasonal fruit and bread** Fruta de temporada y pan				

LIFE

MENÚ HÍBRIDO

- **This option provides one hot, healthy course. Parents provide the rest of the meal.**

Esta opción incluye un plato caliente y saludable. Los padres se encargan del resto de la comida.