

Para cenar este mes, recomendamos...

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
6	7	8	9	10
NO LECTIVO	NO LECTIVO	· Pasta con tomate · Pescado a la plancha · Fruta y leche	· Sopa de lluvia · Pollo al horno · Fruta y leche	· Ensalada mixta · Empanadillas de atún al horno · Fruta y leche
13	14	15	16	17
· Arroz con tomate · Merluza con ensalada · Fruta y leche	· Acelgas con patatas · Filete de pollo a la plancha · Fruta y leche	· Guisantes con jamón · Tortilla de atún · Fruta y leche	· Ensalada mixta · Calamares rebozados · Fruta y leche	· Consomé · Huevos rellenos · Fruta y leche
20	21	22	23	24
· Pasta · Pescado a la plancha · Fruta y leche	· Pisto · Chuleta de cerdo · Fruta y leche	· Ensalada · Filete de ternera · Fruta y leche	· Crema de puerros · Pescado rebozado · Fruta y leche	· Ensalada · Salchichas al horno con tomate · Fruta y leche
27	28	29	30	31
· Ensalada de tomate · Filete ruso a la plancha · Fruta y leche	· Calabacín salteado · Gallo a la plancha · Fruta y leche	· Acelga con patatas · Salchichas de pollo · Fruta y leche	· Ensalada de tomate · Calamares a la plancha · Fruta y leche	· Verdura rehogada · Filete de ternera a la plancha · Fruta y leche



productos
ecológicos



ALIMENTANDO EL PRESENTE DE TU FUTURO



C.E.I.P. Ortega y Gasset / Enero



Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10
NO LECTIVO	NO LECTIVO	Coliflor rebozada Battered cauliflower Cinta de lomo con puré de patata Grilled garlic pork loin with potato puree Melocotón en almíbar Peaches in syrup Kcal 865 Prot. 25 Lip. 41 H.C. 100	Puré de calabacín Courgette puree Tortilla de patata con pisto Potato omelette with pisto Fruta y leche ecológica, pan Fruit and organic milk, bread Kcal 630 Prot. 22 Lip. 22 H.C. 87	Espaguetis con tomate Spaghetti in tomato sauce Merluza al horno con ensalada Baked hake with salad Fruta y leche ecológica, pan Fruit and organic milk, bread Kcal 624 Prot. 29 Lip. 15 H.C. 93
13	14	15	16	17
Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables Tortilla de atún con ensalada Tuna omelette with salad Yogur de fruta, pan Fruit yoghurt, bread Kcal 677 Prot. 32 Lip. 32 H.C. 65	Arroz tres delicias Three delights rice Bacalao con tomate y ensalada Baked cod with tomato sauce and salad Fruta y leche ecológica, pan Fruit and organic milk, bread Kcal 596 Prot. 28 Lip. 15 H.C. 87	Sopa de cocido Stewed soup Cocido completo Chickpeas, meat and cabbage stew Fruta y leche ecológica, pan Fruit and organic milk, bread Kcal 670 Prot. 25 Lip. 19 H.C. 99	Menestra de verdura Vegetables stew Jamoncitos de pollo asado con patatas Roasted chicken with french fries Fruta y leche ecológica, pan Fruit and organic milk, bread Kcal 783 Prot. 32 Lip. 34 H.C. 88	Macarrones a la carbonara Macaroni in carbonara sauce
20	21	22	23	24
Judías verdes con tomate Stewed green beans in tomato sauce Cinta de lomo al ajillo con patatas Grilled garlic pork loin with potatoes Yogur de fruta, pan Fruit yoghurt, bread Kcal 657 Prot. 26 Lip. 36 H.C. 58	Fideuá mixta Fish and meat fideua Salmón en salsa de naranja con ensalada de lechuga y zanahoria Baked salmon with salad Fruta y leche ecológica, pan Fruit and organic milk, bread Kcal 764 Prot. 35 Lip. 30 H.C. 90	Garbanzos con arroz Stewed chickpeas with rice Tortilla de jamón york con lechuga y maíz Ham omelette with lettuce and corn Fruta y leche ecológica, pan Fruit and organic milk, bread Kcal 699 Prot. 28 Lip. 28 H.C. 84	Crema de verduras Vegetables cream Albóndigas con cous cous Meatballs with cous cous Fruta y leche ecológica, pan Fruit and organic milk, bread Kcal 729 Prot. 32 Lip. 31 H.C. 81	Sopa de estrellas Egg, chicken and ham soup Limanda empanada con ensalada mixta Breaded limanda with salad Fruta y leche ecológica, pan Fruit and organic milk, bread Kcal 779 Prot. 31 Lip. 28 H.C. 102
27	28	29	30	31
Espaguetis con carne Spaghetti in bolognese sauce Pescadilla a la romana con lechuga y maíz Battered hake with lettuce and corn Yogur de fruta, pan Fruit yoghurt, bread Kcal 823 Prot. 36 Lip. 37 H.C. 87	Sopa de cocido Stewed soup Cocido completo Chickpeas, meat and cabbage stew Fruta y leche ecológica, pan Fruit and organic milk, bread Kcal 670 Prot. 25 Lip. 19 H.C. 99	Patatas guisadas con pollo Potato stew with chicken Huevos rellenos con pisto Stuffed eggs with pisto Fruta y leche ecológica, pan Fruit and organic milk, bread Kcal 651 Prot. 22 Lip. 24 H.C. 88	Brócoli salteado Sauteed broccoli Ragout de pavo con patatas dado Turkey meat stew with potatoes Fruta y leche ecológica, pan Fruit and organic milk, bread Kcal 722 Prot. 37 Lip. 32 H.C. 72	Judías blancas estofadas Stewed beans with vegetables Bacalao asado con lechuga y zanahoria Roasted cod with lettuce and carrot Fruta y leche ecológica, pan Fruit and organic milk, bread Kcal 724 Prot. 32 Lip. 24 H.C. 96

Leyenda : Kcal: Kilocalorías (Energía) | Prot.: Proteínas | Lip.: Lípidos | H.C.: Hidratos de carbono (Valores de nutrientes expresados en gramos).

Apostamos por una vida sana



Reconoce nuestros productos ecológicos.



MENU ENERO 2020

ALERGIA PESCADO / FISH ALLERGY

		8	9	10
		Coliflor rehogada o pure / sauted cauliflower Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Melocoton en almibar/ Peaches in sirup	Pure de calabacín / Courgette pure Tortilla de patata con pisto / Potato omelette with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Pasta con tomate/ Pasta in tomato sauce Lacon con ensalada / baked ham with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
13	14	15	16	17
lentejas guisadas con verduras / lentils stew Tortilla con ensalada / Omelette with salad Yogur De Frutas/ Fruit yoghurt	Arroz tres delicias/ Three delights rice Lomo con tomate y ensalada / baked loin in tomato sauce with salad	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Menestra de verdura / Vegetables stew Pollo con patatas / baked Chicken with potatoes Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Macarrones carbonara / Macaroni in carbonara sauce Salchichas con ensalada / Baked sausages with lettuce, carrot Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
20	21	22	23	24
Judías verdes con tomate / Stewed green beans in tomato sauce/ Cinta de lomo al ajillo con patatas / Grilled Garlic Pork Loin with potatoes Yogur De Frutas/ Fruit yoghurt	Fideua de pollo / Chicken fideua Hamburguesa con zanahoria y maiz / Baked burger with carrot and corn Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Garbanzos con arroz / Stewed chickpeas with rice Tortilla de york con ensalada / Ham Omelette with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Crema de verdura / Vegetables cream Albondigas con cous cous/ Meatballs with cous cous Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de estrellas / Stars soup Pollo con ensalada mixta / Breaded chicken with mixed salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
27	28	29	30	31
Espaguetis con carne / Spagetti bolognese Pavo con lechuga y maiz / Battered turkey with lettuce and corn Yogur De Frutas/ Fruit yoghurt	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Patatas guisadas con carne / Meat stew with chicken Huevos villaroy con pisto / Villaroy eggs with pisto Fruta, Leche, Pan / Fruit, milk, bread	Brocoli salteado / Sauted broccoli Ragout de pavo con patata dado/ Turkey ragout with potatoes Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Judías balancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables Lomo con pisto / Battered loin with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread

ALERGIA HUEVO / EGG ALLERGY

		8	9	10
		Coliflor rehogada o pure / sauted cauliflower Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Melocoton en almibar/ Peaches in sirup	Pure de calabacín / Courgette pure Rosti de patata con pisto / Potato rosti with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Pasta con tomate sin huevo / Pasta in tomato sauce Merluza horno con ensalada / Basked hake with salaqd Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
13	14	15	16	17
lentejas guisadas con verduras / lentils stew rosti de atún con ensalada / Tuna rosti with salad Yogur De Frutas/ Fruit yoghurt	Arroz tres delicias sin huevo/ Three delights rice Bacalao con tomate y ensalada / Baked cod in tomato sauce with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de Cocido sin huevo / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Menestra de verdura / Vegetables stew Pollo con patatas / baked Chicken with potatoes Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Macarrones carbonara sin huevo / Macaroni in carbonara sauce Ventresca merluza con ensalada / Battered belly hake with lettuce, carrot Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
20	21	22	23	24
Judías verdes con tomate / Stewed green beans in tomato sauce/ Cinta de lomo al ajillo con patatas / Grilled Garlic Pork Loin with potatoes Yogur De Frutas/ Fruit yoghurt	arroz de pollo / Chicken rice Salmon salsa naranja con zanahoria y maiz / Baked in orange sauce with carrot and corn Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Garbanzos con arroz / Stewed chickpeas with rice Rosti de york con ensalada / Ham rosti with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Crema de verdura / Vegetables cream Albondigas con cous cous/ Meatballs with cous cous Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de estrellas sin huevo / Stars soup Limanda empanada con ensalada mixta / Breaded sole with mixed salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
27	28	29	30	31
Espaguetis con carne sin huevo / Spagetti bolognese Pescadilla con lechuga y maiz / Battered hake with lettuce and corn Yogur De Frutas/ Fruit yoghurt	Sopa de Cocido sin huevo / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Patatas guisadas con carne / Meat stew with chicken rosti con pisto / rosti with pisto Fruta, Leche, Pan / Fruit, milk, bread	Brocoli salteado / Sauted broccoli Ragout de pavo con patata dado/ Turkey ragout with potatoes Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Judías balancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables Rape con pisto / Battered monkfish with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread

ALERGIA LECHE / MILK ALLERGY

		8	9	10
		Coliflor rehogada o pure / sauted cauliflower Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Melocoton en almibar/ Peaches in sirup	Pure de calabacín / Courgette pure Tortilla de patata con pisto / Potato omelette with pisto Fruta, pan / fruit, bread	Pasta con tomate/ Pasta in tomato sauce Merluza horno con ensalada / Basked hake with salaqd Fruta, pan / fruit, bread
13	14	15	16	17
lentejas guisadas con verduras / lentils stew Tortilla de atún con ensalada / Tuna Omelette with salad Postre apto / Suitable dessert	Arroz tres delicias/ Three delights rice Bacalao con tomate y ensalada / Baked cod in tomato sauce with salad	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, pan / fruit, bread	Menestra de verdura / Vegetables stew Pollo con patatas / baked Chicken with potatoes Fruta, pan / fruit, bread	Macarrones con tomate / Macaroni in tomato sauce Ventresca merluza con ensalada / Battered belly hake with lettuce, carrot Fruta, pan / fruit, bread
20	21	22	23	24
Judías verdes con tomate / Stewed green beans in tomato sauce/ Cinta de lomo al ajillo con patatas / Grilled Garlic Pork Loin with potatoes Postre apto / Suitable dessert	Fideua de pollo / Chicken fideua Salmon salsa naranja con zanahoria y maiz / Baked in orange sauce with carrot and corn Fruta, pan / fruit, bread	Garbanzos con arroz / Stewed chickpeas with rice Tortilla de lomo al ajillo con patatas / Grilled Garlic Pork Loin with potatoes Fruta, pan / fruit, bread	Crema de verdura / Vegetables cream Albondigas con cous cous/ Meatballs with cous cous Fruta, pan / fruit, bread	Sopa de estrellas / Stars soup Limanda empanada con ensalada mixta / Breaded sole with mixed salad Fruta, pan / fruit, bread
27	28	29	30	31
Espaguetis con carne / Spagetti bolognese Pescadilla romana con lechuga y maiz / Battered hake with lettuce and corn Postre apto / Suitable dessert	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo sin garbanzo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, pan / fruit, bread	Patatas guisadas con carne / Meat stew with chicken Huevos villaroy con pisto / Villaroy eggs with pisto Fruta, pan / fruit, bread	Brocoli salteado / Sauted broccoli Ragout de pavo con patata dado/ Turkey ragout with potatoes Fruta, pan / fruit, bread	Judías balancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables Rape con pisto / Battered monkfish with pisto Fruta, pan / fruit, bread

ALERGIA LEGUMBRE / LEGUME ALLERGY

		8	9	10
		Coliflor rehogada o pure / sauted cauliflower Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Melocoton en almibar/ Peaches in sirup	Pure de calabacín / Courgette pure Tortilla de patata con pisto / Potato omelette with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Pasta con tomate/ Pasta in tomato sauce Merluza horno con ensalada / Basked hake with salaqd Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
13	14	15	16	17
Verduras estofadas / Sauted vegetables Tortilla de atún con ensalada / Tuna Omelette with salad Yogur De Frutas/ Fruit yoghurt	Arroz tres delicias/ Three delights rice Bacalao con tomate y ensalada / Baked cod in tomato sauce with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo sin garbanzo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Menestra de verdura / Vegetables stew Pollo con patatas / baked Chicken with potatoes Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Macarrones carbonara / Macaroni in carbonara sauce Ventresca merluza con ensalada / Battered belly hake with lettuce, carrot Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
20	21	22	23	24
Verduras estofadas / Sauted vegetables Cinta de lomo al ajillo con patatas / Grilled Garlic Pork Loin with potatoes Yogur De Frutas/ Fruit yoghurt	Fideua de pollo / Chicken fideua Salmon salsa naranja con zanahoria y maiz / Baked in orange sauce with carrot and corn Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Arroz con tomate / Rice in tomato sauce/ Tortilla de york con ensalada / Ham Omelette with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Crema de verdura / Vegetables cream Albondigas con cous cous/ Meatballs with cous cous Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de estrellas / Stars soup Limanda empanada con ensalada mixta / Breaded sole with mixed salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
27	28	29	30	31
Espaguetis con carne / Spagetti bolognese Pescadilla romana con lechuga y maiz / Battered hake with lettuce and corn Yogur De Frutas/ Fruit yoghurt	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo sin garbanzo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Patatas guisadas con carne / Meat stew with chicken Huevos villaroy con pisto / Villaroy eggs with pisto Fruta, Leche, Pan / Fruit, milk, bread	Brocoli salteado / Sauted broccoli Ragout de pavo con patata dado/ Turkey ragout with potatoes Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Pure verduras / Vegetables puree Rape con pisto / Battered monkfish with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread

La sopa de cocido se elaborara con caldo realizado con carne y pollo aparte, sin contacto con garbanzos

MENUS COMEDOR PARA EL MES

ENERO 2020

CELIACOS / CELIAC PEOPLE				
		8	9	10
		Coliflor rehogada o pure / sauted cauliflower Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Melocoton en almibar/ Peaches in sirup	Pure de calabacín / Courgette pure Tortilla de patata con pisto / Potato omelette with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Pasta sin gluten con tomate/ Pasta in tomato sauce Merluza horno con ensalada / Basked hake with salaqd Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
13	14	15	16	17
lentejas guisadas con verduras / lentils stew Tortilla de atún con ensalada / Tuna Omelete with salad Yogur De Frutas/ Fruit yoghurt	Arroz tres delicias/ Three delights rice Bacalao con tomate y ensalada / Baked cod in tomato sauce with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de Cocido sin gluten / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Menestra de verdura / Vegetables stew Pollo con patatas / baked Chicken with potatoes Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Macarrones carbonara sin gluten / Macarroni in carbonara sauce Ventresca merluza con ensalada / Battered belly hake with lettuce, carrot Fruta, leche, pan / fruit, milk,
20	21	22	23	24
Judias verdes con tomate / Stewed green beans in tomato sauce/ Cinta de lomo al ajillo con patatas / Grilled Garlic Pork Loin with potatoes Yogur De Frutas/ Fruit	Arroz de pollo / Chicken rice Salmon salsa naranja con zanahoria y maiz / Baked in orange sauce with carrot and corn Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Garbanzos con arroz / Stewed chickpeas with rice Tortilla de york con ensalada / Ham Omelete with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Crema de verdura / Vegetables cream Albondigas con arroz/ Meatballs with rice Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de estrellas sin gluten / Stars soup Limanda con ensalada mixta / Breaded sole with mixed salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
27	28	29	30	31
Espaguetis sin gluten con carne / Spagetti bolognese Pescadilla con lechuga y maiz / Battered hake with lettuce and corn Yogur De Frutas/ Fruit yoghurt	Sopa de Cocido sin gluten / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Patatas guisadas con carne / Meat stew with chicken Huevos con pisto / boiled eggs with pisto Fruta, Leche, Pan / Fruit, milk, bread	Brocoli salteado / Sauted brocoli Ragout de pavo con patata dado/ Turkey ragout with potatoes Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Judias blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables Rape con pisto / Battered monkfish with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread

Los menús son aptos para celíacos ya que todos se elaboran con productos sin gluten

FRUTO SECO/NUTTY ALLERGY				
		8	9	10
		Coliflor rehogada o pure / sauted cauliflower Cinta de lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Melocoton en almibar/ Peaches in sirup	Pure de calabacín / Courgette pure Tortilla de patata con pisto / Potato omelette with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Pasta con tomate/ Pasta in tomato sauce Merluza horno con ensalada / Basked hake with salaqd Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
13	14	15	16	17
lentejas guisadas con verduras / lentils stew Tortilla de atún con ensalada / Tuna Omelete with salad Yogur De Frutas/ Fruit yoghurt	Arroz tres delicias/ Three delights rice Bacalao con tomate y ensalada / Baked cod in tomato sauce with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Menestra de verdura / Vegetables stew Pollo con patatas / baked Chicken with potatoes Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Macarrones carbonara / Macarroni in carbonara sauce Ventresca merluza con ensalada / Battered belly hake with lettuce, carrot Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
20	21	22	23	24
Judias verdes con tomate / Stewed green beans in tomato sauce/ Cinta de lomo al ajillo con patatas / Grilled Garlic Pork Loin with potatoes Yogur De Frutas/ Fruit	Fideua de pollo / Chicken fideua Salmon salsa naranja con zanahoria y maiz / Baked in orange sauce with carrot and corn Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Garbanzos con arroz / Stewed chickpeas with rice Tortilla de york con ensalada / Ham Omelete with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Crema de verdura / Vegetables cream Albondigas con cous cous/ Meatballs with cous cous Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de estrellas / Stars soup Limanda empanada con ensalada mixta / Breaded sole with mixed salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
27	28	29	30	31
Espaguetis con carne / Spagetti bolognese Pescadilla romana con lechuga y maiz / Battered hake with lettuce and corn Yogur De Frutas/ Fruit yoghurt	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Patatas guisadas con carne / Meat stew with chicken Huevos villaroy con pisto / Villaroy eggs with pisto Fruta, Leche, Pan / Fruit, milk, bread	Brocoli salteado / Sauted brocoli Ragout de pavo con patata dado/ Turkey ragout with potatoes Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Judias blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables Rape con pisto / Battered monkfish with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread



CUTASA SL

ALIMENTAMOS BIEN

Avda. Montes de Oca, 19 nave - 24
28703 San Sebastián de los Reyes (Madrid)
Tel: 91 659 22 70



CUTASA S.L. COLECTIVIDADES

MENUS DEL MES DE ENERO SIN CERDO



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		8 Coliflor rehogada o pure / sauted cauliflower Pavo con ensalada / Grilled turkey loin with salad Melocoton en almibar/ Peaches in sirup	9 Pure de calabacín / Courgette pure Tortilla de patata con pisto / Potato omelette with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	10 Pasta con tomate/ Pasta in tomato sauce Merluza horno con ensalada / Baked hake with salaqd Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
13 lentejas guisadas con verduras / lentils stew Tortilla de atún con ensalada / Tuna Omelete with salad Yogur De Frutas/ Fruit yoghurt	14 Arroz tres delicias/ Three delights rice Bacalao con tomate y ensalada / Baked cod in tomato sauce with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	15 Sopa / Stew Soup Patata, Zanahoria, Carne de Ternera y Pollo / Potato, carrot, veal and chicken Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	16 Menestra de verdura / Vegetables stew Pollo con patatas /Chicken stew with potatoes Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	17 Macarrones con tomate / Macarroni in tomato sauce Ventresca merluza con ensalada / Battered belly hake with lettuce, carrot Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
20 Judias verdes con tomate / Stewed green beans in tomato sauce/ Salchichas pavo con patatas / Grilled sausajes with potatoes Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	21 Fideua de pollo / Chicken fideua Salmon salsa naranja con zanahoria y maiz / Baked in oranje sauce with carrot and corn Yogur De Frutas/ Fruit yoghurt	22 Garbanzos con arroz / Stewed chickpeas with rice Tortilla york con lechuga y maiz / Ham omelette with lettuce and maiz Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	23 Crema de verdura / Vegetables cream Albondigas ternera con cous cous/ Meatballs with cous cous Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	24 Sopa de estrellas / Stars soup Limanda empanada con ensalada mixta / Breaded sole with mixed salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
27 Espaguetis con tomate / Spagetti in toamto sauce Pescadilla romana con lechuga y maiz / Battered hake with lettuce and corn Yogur De Frutas/ Fruit yoghurt	28 Sopa / Stew Soup Patata, Zanahoria, Carne de Ternera y Pollo / Potato, carrot, veal and chicken Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	29 Patatas guisadas con carne / Meat stew with chicken Huevos villaroy con pisto / Villaroy eggs with pisto Fruta, Leche , Pan / Fruit, milk, bread	30 Brocoli salteado / Sauted brocoli Ragout de pavo con patata dado/ Turkey ragout with potatoes Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	31 lentejas guisadas con verduras / lentils stew Rape con pisto / Battered monkfish with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread