

MES: Abril 2019

COLEGIO: ANTAVILLA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
<p>1</p> <p>Patatas a la riojana Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (sin gluten) Riojana style potatoes Grilled tenderloin with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>2</p> <p>Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Yogur y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Yoghurt and bread (gluten free)</p>	<p>3</p> <p>Pasta (sin gluten) al ajillo Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with garlic Scrambled eggs with ham with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>4</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Albóndigas a la jardinera con verduras Fruta y pan (sin gluten) Stewed lentils Meatballs with vegetables with vegetables Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>5</p> <p>Paella de carne Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Flan y pan (sin gluten) Meat paella Chicken breast with lettuce & tomatoes Crème caramel and bread (gluten free)</p>	<p>Kcl: 771</p> <p>HC: 84</p> <p>Prot: 31</p> <p>Lip: 32</p>
<p>8</p> <p>Sopa de picadillo (sin gluten) Filete de pollo al horno con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Broth with ham & egg bits (gluten free) Baked chicken with french fries Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>9</p> <p>Arroz con salsa de tomate Magro al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Pork loin roast with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>10</p> <p>Alubias estofadas con verduras Lomo al ajillo con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur y pan (sin gluten) Beans with vegetables Tenderloin with garlic with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt and bread (gluten free)</p>	<p>11</p> <p>Pasta (sin gluten) con boloñesa de chorizo Tortilla francesa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten-free) with chorizo bolognese sauce Omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>Kcl: 680</p> <p>HC: 77</p> <p>Prot: 29</p> <p>Lip: 29</p>
<p>15</p> <p>FESTIVO</p>	<p>16</p> <p>FESTIVO</p>	<p>17</p> <p>FESTIVO</p>	<p>18</p> <p>FESTIVO</p>	<p>19</p> <p>FESTIVO</p>	<p>Kcl: 0</p> <p>HC: 0</p> <p>Prot: 0</p> <p>Lip: 0</p>
<p>22</p> <p>FESTIVO</p>	<p>23</p> <p>Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Chicken breast with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>24</p> <p>Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>25</p> <p>Pasta (sin gluten) con tomate Revuelto de chorizo con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Scrambled eggs with chorizo sausage with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>26</p> <p>Lentejas a la jardinera Filete de ternera con ensalada Postre lácteo y pan (sin gluten) Vegetables lentils Beef steak with salad Dairy dessert and bread (gluten free)</p>	<p>Kcl: 748</p> <p>HC: 85</p> <p>Prot: 29</p> <p>Lip: 32</p>
<p>29</p> <p>Pasta (sin gluten) a la genovesa Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten-free) with genovese sauce Zucchini omelette with lettuce & olives Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>30</p> <p>Sopa de picadillo (sin gluten) Magro adobado con menestra de verduras salteadas Yogur y pan (sin gluten) Broth with ham & egg bits (gluten free) Marinated pork loin steak with minestrone Yoghurt and bread (gluten free)</p>			<p>CELIACO, PESCADO Y HONGOS</p>	<p>Kcl: 718</p> <p>HC: 62</p> <p>Prot: 33</p> <p>Lip: 34</p>