

MENÚS EN INGLÉS

- | | | |
|----|---|---|
| 1 | L | - FESTIVE |
| 2 | X | - Rice with tomato - Mushroom omelette with green salad (lettuce, pepper and olive) - Fresh fruit |
| 3 | J | - Mashed mixed vegetables - Chicken legs in sauce with potatoes - Fresh fruit |
| 4 | V | - Homemade lentils (lentils, fresh vegetables, pork sausage and fresh lard) - Wands of hake with color salad (lettuce, tomato, carrots and corn) - Fresh fruit |
| 7 | L | - Fish soup (fish and noodles) - Pork loin with red pepper - Actimel |
| 8 | M | - Rioja-style potatoes (potatoes, fresh vegetables and sausage) - Delights of fish (bread, garlic and parsley) with green salad (lettuce, pepper and olive) - Fresh fruit |
| 9 | X | - Cauliflower cream (Cauliflower, leek and potato) - Meatballs of veal in gardener sauce (carrot and mushroom) - Fruit gelatines |
| 10 | J | - Fisherman stew (peas, vegetables and Cuttlefish) - Eggs with bechamel and with color salad (lettuce, tomato, carrots and corn) - Fresh fruit |
| 11 | V | - Pasta with tomato and courgette - Pink pitch fish with seafood sauce (Mussels and shrimps) - Fresh fruit |
| 14 | L | - Stewed lentils with fresh vegetables - Filet of bread sole with green salad (lettuce, pepper and olive) - Yogur |
| 15 | M | - Purrusalda stew (potatoes, leeks, cod, etc...) - Roast chicken with sauce of fresh vegetables - Fresh fruit |
| 16 | X | - Paella (Shrimps, small clams, squids, chicken, peas...) - Fry fish (Croquettes, small pies and small sticks of fish) with color salad (lettuce, tomato, carrots and corn) - Fresh fruit |
| 17 | J | - Cocido soup (noodles and broth) - Complete Cocido (chickpeas, carrots, potato, leek, pork sausage, fresh lard and veal) - Fresh fruit |
| 18 | V | - Green beans with tomato - Spanish omelette with color salad (lettuce, tomato, carrots and corn) - Fresh fruit |
| 21 | L | - Hash soup (Ham, egg and noodles) - Bull filet with potatoes (pepper and tomato)- Actimel |
| 22 | M | - Malaga stew (peas and fresh vegetables) - Roman Perch (flour and egg) with green salad (lettuce, pepper and olive) - Fresh fruit |
| 23 | X | - Three delights rice (Rice, peas, tortilla and ham york) - Veal Hamburgers in sauce of tomato with potatoes- Fresh fruit |
| 24 | J | - Courgette cream (courgette, leek and potato) - Fricassée chicken (Peas, pepper and egg) - Fresh fruit |
| 25 | V | - Homemade white beans (beans, fresh vegetables, pork sausage and fresh lard) - Tuna omelette with color salad (lettuce, tomato, carrots and corn) - Fresh fruit |
| 28 | L | - Spaghetti whit tomato and courgette - Sausages of frankfurt in sauce with chips - Yogur |
| 29 | M | - Cooked potatoes with pork - Battered in green sauce (Parsley and peas) - Fresh fruit |
| 30 | X | - Homemade pinto beans (beans, varied vegetables, Sausage and bacon) - Cheese omelet with color salad (lettuce, tomato, carrots and corn) - Fresh fruit |

QUE DEBERÍA CENAR SU HIJO

- | | | |
|----|---|--|
| 1 | L | - FESTIVO |
| 2 | X | - ENSALADA MIXTA - BOQUERONES - FRUTA |
| 3 | J | - COLIFLOR - PIZZA MARINERA - FRUTA |
| 4 | V | - ACELGAS - FILETES DE TERERNA - FRUTA |
| 7 | L | - PANACHE DE VERDURAS - HUEVOS AL PALTO - FRUTA |
| 8 | M | - REPOLLO - ALITAS DE POLLO CON ENSALADA - FRUTA |
| 9 | X | - ENSALADA MIXTA - LENGUADO - FRUTA |
| 10 | J | - CREMA DE PUERROS - CABALLA CON PATATAS AL VAPOR - FRUTA |
| 11 | V | - ESPÁRRAGOS - EMPANADILLAS - FRUTA |
| 14 | L | - PURÉ DE VERDURAS - CROQUETAS DE CARNE - FRUTA |
| 15 | M | - ALCACHOFAS - TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA - FRUTA |
| 16 | X | - BRÓCOLI - SALMÓN - FRUTA |
| 17 | J | - PURÉ DE PATATA - PAVO CON TOMATE - FRUTA |
| 18 | V | - SOPA DE PICADILLO - BACALAITOS - FRUTA |
| 21 | L | - MENESTRA DE VERDURAS - PESCADILLA CON PATATAS AL VAPOR - FRUTA |
| 22 | M | - ENSALADA MIXTA - EMPANADA DE CARNE - FRUTA |
| 23 | X | - SOPA DE ESTRELLAS - TORTILLA DE JAMÓN - FRUTA |
| 24 | J | - JUDIAS VERDES - TRUCHA CON ENSALADA - FRUTA |
| 25 | V | - CREMA DE CHAMPIÑONES - SAN JACOBO - FRUTA |
| 28 | L | - ENSALADA MIXTA - TORTILLA DE PATATA - FRUTA |
| 29 | M | - SOPA DE VERDURAS - CROQUETAS DE JAMÓN - FRUTA |
| 30 | X | - PISTO - PESCADILLA A LA ROMANA - FRUTA |



C.E.I.P. LEGAZPI



LUNES

**COCINAS
CENTRALES**

7 Sopa de pescado
(pescado y fideos)

Cinta de lomo con
pimiento rojo

Actimel

14 Lentejas guisadas con
verduras frescas

Filete de lenguado
empanado con
ensalada verde (lechuga,
pimiento y aceituna)

Yogur

21 Sopa de picadillo
(jamón, huevo y fideos)

Filetes de vacuno con
patatas

Actimel

28 Espaguetis con tomate
y champiñón

Salchichas de Frankfurt
en salsa con chips

Yogur

MARTES

1

FESTIVO

8 Patatas Riojana (patatas,
verduras variadas y chorizo)

Delicias de pescado
(pan, ajo y perejil) y
ensalada verde
(lechuga, pimiento y
aceituna)

Fruta Fresca

15 Purrusalda (patatas,
puerros y bacalao)

Pollo asado en salsa
con verduras frescas

Fruta Fresca

22 Potaje malagueño
(garbanzos, verduras frescas
variadas)

Filetes de Fletan a la
romana (harina y huevo)
ensalada verde (lechuga,
pimiento y aceituna)

Fruta Fresca

29 Patatas con magro
(patatas, verduras variadas y
magro de cerdo)

Merluza en salsa
verde (perejil y guisantes)

Fruta Fresca

MIÉRCOLES

2

Arroz blanco con
tomate
Tortilla de
champiñones con
ensalada verde
(lechuga, pimiento y
aceituna)

Fruta Fresca

9 Crema de coliflor
(coliflor, patata y puerros)

Albóndigas de
ternera en salsa
jardinera (zanahoria y
champiñón)

Gelatina de frutas

16 Paella (arroz, gambas, chirulas,
calamares, pollo, guisantes,...)

Fritura de pescado
(croquetas, empanadillas, palitos)
con ensalada de colores
(lechuga, tomate, zanahoria y
maíz)

Fruta Fresca

23 Arroz tres delicias
(arroz, guisantes, tortilla y
jamón york)

Hamburguesas de
ternera en salsa
de tomate

Fruta Fresca

30 Judías pintas caseras
(judías pintas, verduras
variadas, chorizo y tocino)

Tortilla queso con
ensalada de colores
(lechuga, tomate, zanahoria y
maíz)

Fruta Fresca

JUEVES

3

Puré de verduras
frescas variadas
Muslitos de pollo en
salsa con patatas
Fruta Fresca

10 Guiso del pescador
(garbanzos, verduras y sepia)

Huevos con bechamel
con ensalada de
colores (lechuga, tomate,
zanahoria y maíz)

Fruta Fresca

17 Sopa de cocido
(fideos y caldo)

Cocido Completo
(garbanzos, zanahoria,
patata, puerro, chorizo, tocino
y ternera)

Fruta Fresca

24 Crema de calabacín
(calabacín, puerro y
patata)

Pollo en pepitoria
(guisantes, pimiento,
huevo y frutos secos)

Fruta Fresca

VIERNES

4

Lentejas caseras (lentejas,
verduras variadas, chorizo y
tocino)
Varitas de merluza a la
romana con ensalada
de colores (lechuga,
tomate, zanahoria y maíz)
Fruta Fresca

11 Caracolas con tomate
y calabacín

Rosada con salsa
marisquera (mejillones,
gambas)

Fruta Fresca

18 Judías verdes rehogadas
con tomate

Tortilla española con
ensalada de colores
(lechuga, tomate, zanahoria
y maíz)

Fruta Fresca

25 Judías blancas caseras
(judías blancas, verduras
variadas, chorizo y tocino)

Tortilla de atún con
ensalada de colores
(lechuga, tomate, zanahoria y
maíz)

Fruta Fresca

**LINEA FRIA- NOVIEMBRE
2011**