



Ntra. Sra. de la Vega. Bilingual School

Alergia a la proteína de la leche o Intolerancia a la Lactosa



February 2019

WEEK 1 MONDAY TUESDAY WEDNESDAY THURSDAY FRIDAY 1

Main Course					Crema Parmentier
Second Course					Magro al Ajillo
Garnish					Arroz Salteado
Dessert					Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 2 MONDAY 4 TUESDAY 5 WEDNESDAY 6 THURSDAY 7 FRIDAY 8

Main Course	Arroz con Tomate	Lentejas Caseras	Macarrones con Jamón	Marmitako	Crema de Zanahoria
Second Course	Lomo a la Plancha	Ragout de Pavo	Marrajo en Salsa	Tortilla Francesa	Albóndigas Caseras a la Cazuela
Garnish	Ens Lechuga y Zanahoria	Duo de Verduras	Guisantes Rehogados	Ensalada de Lechuga	Patatas Dado
Dessert	Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 3 MONDAY 11 TUESDAY 12 WEDNESDAY 13 THURSDAY 14 FRIDAY 15

Main Course	Macarrones Pomodoro	Alubias Blancas Guisadas	Arroz a la Milanese	Sopa de Cocido	Crema de la Huerta
Second Course	Tortilla de Jamón	Pollo Asado	Merluza a la Plancha	Cocido Completo	Lomo a la Plancha
Garnish	Ens de Lechuga y Zanahoria	Ens de Lechuga y Cebolla	Ensalada Verde		Patatas Fritas
Dessert	Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 4 MONDAY 18 TUESDAY 19 WEDNESDAY 20 THURSDAY 21 FRIDAY 22

Main Course	Paella Mixta	Crema Calabacín	Lentejas Lionesas	Espaguetis Amatriciana	Sopa Casera de Fideos
Second Course	J York Extra al Horno	Tortilla Francesa	Platija Rebozada	Pollo Estofado	Bonito con Tomate
Garnish	Ens de Lechuga y Tomate	Patatas Dado	Ens de Lechuga y Maíz	Verduras de Temporada	Ensalada del Chef
Dessert	Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 5 MONDAY 25 TUESDAY 26 WEDNESDAY 27 THURSDAY 28

Main Course	Macarrones Boloñesa	Patatas Guisadas	Crema de Verduras	Arroz con Verduras	
Second Course	Tortilla Francesa	Merluza a la Marinera	Pollo en Pepitoria	Lomo a la Plancha	
Garnish	Ens Lechuga, Tomate, Cebolla	Zanahorias y Guisantes	Patatas Dado	Ens de Lechuga y Zanahoria	
Dessert	Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada	Yogur de Soja	
Suggested Dinner					



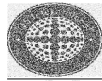
Ntra. Sra. de la Vega. Bilingual School

Aleraia al Huevo



February 2019

WEEK 1	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	1
Main Course					Crema Parmentier	
Second Course					Magro al Ajillo	
Garnish					Arroz Salteado	
Dessert					Fruta Variada	
Suggested Dinner						
WEEK 2	MONDAY	4 TUESDAY	5 WEDNESDAY	6 THURSDAY	7 FRIDAY	8
Main Course	Arroz con Tomate	Lentejas Caseras	Macarrones con Jamón	Marmitako	Crema de Zanahoria	
Second Course	Lomo a la Plancha	Ragout de Pavo	Marrajo en Salsa	Fil de Pollo a la Plancha	Albóndigas Caseras a la Cazuela	
Garnish	Ens Lechuga y Zanahoria	Duo de Verduras	Guisantes Rehogados	Ensalada de Lechuga	Patatas Dado	
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	
Suggested Dinner						
WEEK 3	MONDAY	11 TUESDAY	12 WEDNESDAY	13 THURSDAY	14 FRIDAY	15
Main Course	Macarrones Pomodoro	Alubias Blancas Guisadas	Arroz a la Milanese	Sopa de Fideos	Crema de la Huerta	
Second Course	Hamburguesa Casera a la Plancha	Pollo Asado	Merluza a la Plancha	Cocido Completo	Lomo a la Plancha	
Garnish	Ens de Lechuga y Zanahoria	Ens de Lechuga y Cebolla	Ensalada Verde		Patatas Fritas	
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	
Suggested Dinner						
WEEK 4	MONDAY	18 TUESDAY	19 WEDNESDAY	20 THURSDAY	21 FRIDAY	22
Main Course	Paella Mixta	Crema Calabacín y Quesito	Lentejas Lionesas	Espaguetis Amatriciana	Sopa de Fideos	
Second Course	J York Extra al Horno	Fil de Pollo a la Plancha	Platija Rebozada sin Huevo	Pollo Estofado	Bonito con Tomate	
Garnish	Ens de Lechuga y Tomate	Patatas Dado	Ens de Lechuga y Maíz	Verduras de Temporada	Ensalada del Chef	
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	
Suggested Dinner						
WEEK 5	MONDAY	25 TUESDAY	26 WEDNESDAY	27 THURSDAY	28	
Main Course	Macarrones Boloñesa	Patatas Guisadas	Crema de Verduras	Arroz con Verduras		
Second Course	Lomo a la Plancha	Merluza a la Marinera	Pollo en Salsa	Filete Ruso		
Garnish	Ens Lechuga, Tomate, Cebolla	Zanahorias y Guisantes	Patatas Dado	Ens de Lechuga y Zanahoria		
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo		
Suggested Dinner						



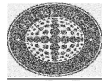
Swiss
Certified
ISO 9001

Ntra. Sra. de la Vega. Bilingual School
Celiacos



February 2019

WEEK 1	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	1
Main Course					Crema Parmentier	
Second Course					Magro al Ajillo	
Garnish					Arroz Salteado	
Dessert					Fruta Variada	
Suggested Dinner						
WEEK 2	MONDAY	4 TUESDAY	5 WEDNESDAY	6 THURSDAY	7 FRIDAY	8
Main Course	Arroz con Tomate	Lentejas Caseras	Macarrones con Jamón	Marmitako	Crema de Zanahoria	
Second Course	Lomo a la Plancha	Ragout de Pavo	Marrajo en Salsa	Tortilla Francesa	Albóndigas Caseras a la Cazuela	
Garnish	Ens Lechuga y Zanahoria	Duo de Verduras	Guisantes Rehogados	Ensalada de Lechuga	Patatas Dado	
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	
Suggested Dinner						
WEEK 3	MONDAY	11 TUESDAY	12 WEDNESDAY	13 THURSDAY	14 FRIDAY	15
Main Course	Macarrones Pomodoro	Alubias Blancas Guisadas	Arroz a la Milanese	Sopa de Fideos	Crema de la Huerta	
Second Course	Tortilla de Jamón	Pollo Asado	Merluza a la Plancha	Cocido Completo	Lomo a la Plancha	
Garnish	Ens de Lechuga y Zanahoria	Ens de Lechuga y Cebolla	Ensalada Verde		Patatas Fritas	
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	
Suggested Dinner						
WEEK 4	MONDAY	18 TUESDAY	19 WEDNESDAY	20 THURSDAY	21 FRIDAY	22
Main Course	Paella Mixta	Crema Calabacín y Quesito	Lentejas Lionesas	Espaguetis Amatriciana	Sopa de Fideos	
Second Course	J York Extra al Horno	Tortilla Francesa	Platija Rebozada sin Gluten	Pollo Estofado	Bonito con Tomate	
Garnish	Ens de Lechuga y Tomate	Patatas Dado	Ens de Lechuga y Maíz	Verduras de Temporada	Ensalada del Chef	
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	
Suggested Dinner						
WEEK 5	MONDAY	25 TUESDAY	26 WEDNESDAY	27 THURSDAY	28	
Main Course	Macarrones Boloñesa	Patatas Guisadas	Crema de Verduras	Arroz con Verduras		
Second Course	Tortilla de Queso	Merluza a la Marinera	Pollo en Salsa	Filete Ruso		
Garnish	Ens Lechuga, Tomate, Cebolla	Zanahorias y Guisantes	Patatas Dado	Ens de Lechuga y Zanahoria		
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo		
Suggested Dinner						



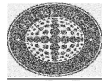
Swiss
Certified
ISO 9001

Ntra. Sra. de la Vega. Bilingual School
Aleraiá a la Leumbre



February 2019

WEEK 1	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	1
Main Course					Crema Parmentier	
Second Course					Magro al Ajillo	
Garnish					Arroz Salteado	
Dessert					Fruta Variada	
Suggested Dinner						
WEEK 2	MONDAY	4 TUESDAY	5 WEDNESDAY	6 THURSDAY	7 FRIDAY	8
Main Course	Arroz con Tomate	Crema de Verduras	Macarrones con Jamón	Marmitako	Crema de Zanahoria	
Second Course	Lomo a la Plancha	Ragout de Pavo	Marrajo en Salsa	Tortilla Francesa	Albóndigas Caseras a la Cazuela	
Garnish	Ens Lechuga y Zanahoria	Duo de Verduras	Verduras Rehogadas	Ensalada de Lechuga	Patatas Dado	
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	
Suggested Dinner						
WEEK 3	MONDAY	11 TUESDAY	12 WEDNESDAY	13 THURSDAY	14 FRIDAY	15
Main Course	Macarrones Pomodoro	Crema de Verduras	Arroz a la Milanese	Sopa de Fideos	Crema de la Huerta	
Second Course	Tortilla de Jamón	Pollo Asado	Merluza a la Plancha	Ternera con Verduras	Lomo a la Plancha	
Garnish	Ens de Lechuga y Zanahoria	Ens de Lechuga y Cebolla	Ensalada Verde		Patatas Fritas	
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	
Suggested Dinner						
WEEK 4	MONDAY	18 TUESDAY	19 WEDNESDAY	20 THURSDAY	21 FRIDAY	22
Main Course	Paella Mixta	Crema Calabacín y Quesito	Crema de Verduras	Espaguetis Amatriciana	Sopa Casera de Fideos	
Second Course	J York Extra al Horno	Tortilla Francesa	Platija Rebozada	Pollo Estofado	Bonito con Tomate	
Garnish	Ens de Lechuga y Tomate	Patatas Dado	Ens de Lechuga y Maíz	Verduras de Temporada	Ensalada del Chef	
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	
Suggested Dinner						
WEEK 5	MONDAY	25 TUESDAY	26 WEDNESDAY	27 THURSDAY	28	
Main Course	Macarrones Boloñesa	Patatas Guisadas	Crema de Verduras	Arroz con Verduras		
Second Course	Tortilla de Queso	Merluza a la Marinera	Pollo en Pepitoria	Filete Ruso		
Garnish	Ens Lechuga, Tomate, Cebolla	Zanahorias y Guisantes	Patatas Dado	Ens de Lechuga y Zanahoria		
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo		
Suggested Dinner						



Swiss
Certified
ISO 9001

Ntra. Sra. de la Vega. Bilingual School
Aleria al Pescado



February 2019

WEEK 1	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	1
Main Course					Crema Parmentier	
Second Course					Magro al Ajillo	
Garnish					Arroz Salteado	
Dessert					Fruta Variada	
Suggested Dinner						
WEEK 2	MONDAY	4 TUESDAY	5 WEDNESDAY	6 THURSDAY	7 FRIDAY	8
Main Course	Arroz con Tomate	Lentejas Caseras	Coditos con Bacon	Patatas Estofadas	Crema de Zanahoria	
Second Course	Lomo a la Plancha	Ragout de Pavo	Fil de Pollo a la Plancha	Tortilla Francesa	Albóndigas Caseras a la Cazuela	
Garnish	Ens Lechuga y Zanahoria	Duo de Verduras	Guisantes Rehogados	Ensalada de Lechuga	Patatas Dado	
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	
Suggested Dinner						
WEEK 3	MONDAY	11 TUESDAY	12 WEDNESDAY	13 THURSDAY	14 FRIDAY	15
Main Course	Macarrones Pomodoro	Alubias Blancas Guisadas	Arroz a la Milanese	Sopa de Cocido	Crema de la Huerta	
Second Course	Tortilla de Jamón	Pollo Asado	Hamburguesa Casera a la Plancha	Cocido Completo	Salchichas Frankfurt	
Garnish	Ens de Lechuga y Zanahoria	Ens de Lechuga y Cebolla	Ensalada Verde		Patatas Fritas	
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	
Suggested Dinner						
WEEK 4	MONDAY	18 TUESDAY	19 WEDNESDAY	20 THURSDAY	21 FRIDAY	22
Main Course	Arroz con Pollo	Crema Calabacín y Quesito	Lentejas Lionesas	Espaguetis Amatriciana	Sopa Casera de Fideos	
Second Course	Lacón a la Gallega	Tortilla Francesa	Lomo a la Plancha	Pollo Estofado	Filete Ruso	
Garnish	Ens de Lechuga y Tomate	Patatas Dado	Ens de Lechuga y Maíz	Verduras de Temporada	Ensalada del Chef	
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	
Suggested Dinner						
WEEK 5	MONDAY	25 TUESDAY	26 WEDNESDAY	27 THURSDAY	28	
Main Course	Macarrones Boloñesa	Patatas Guisadas	Crema de Verduras	Arroz con Verduras		
Second Course	Tortilla de Queso	Lomo a la Plancha	Pollo en Pepitoria	Filete Ruso		
Garnish	Ens Lechuga, Tomate, Cebolla	Zanahorias y Guisantes	Patatas Dado	Ens de Lechuga y Zanahoria		
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo		
Suggested Dinner						