Ntra. Sra. de la Vega. Bilingual School

Swiss Certified ISO 9001

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

May 2018

WEEK 1		TUESDAY 1	WEDNESDAY 2	THURSDAY 3	FRIDAY 4
Main Course				Arroz con Tomate	Crema Parmentier
Second Course		FESTIVO	FESTIVO	Lomo a la Plancha	Tortilla Francesa
Garnish				Ens de Lechuga y Zanahoria	Patatas Dado
Dessert				Yogur de Soja	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 2	MONDAY 7	TUESDAY 8	WEDNESDAY 9	THURSDAY 10	FRIDAY 11
Main Course	Lentejas Estofadas	Sopa de Estrellitas	Paella Mixta	Crema de Calabacín	Espaguetis Pomodoro
Second Course	Hamburguesa Casera a la Plancha	Tortilla de Patata	J York Extra al Horno	Escalope de Pollo	Merluza Meuniere
Garnish	Ens de Lechuga y Maíz	Ensalada del Chef	Ens de Lechuga	Patatas Fritas	Ens de Maíz y Zanahoria
Dessert	Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 3	MONDAY 14	TUESDAY 15	WEDNESDAY 16	THURSDAY 17	FRIDAY 18
Main Course	Arroz con Atún		Sopa Casera de Fideos	Macarrones Boloñesa	Judías Pintas Guisadas
Second Course	Lomo a la Plancha	FESTIVO	Pollo al Chilindrón	Tortilla Francesa	Salmón a la Plancha
Garnish	Ens de Lechuga y Cebolla		Verduritas Salteadas	Ens de Lechuga y Maíz	Patatas al Vapor
Dessert	Fruta Variada		Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 4	MONDAY 21	TUESDAY 22	WEDNESDAY 23	THURSDAY 24	FRIDAY 25
Main Course	Espaguetis al Horno	Sopa de Ave	Lentejas Estofadas	Crema de Zanahoria	Arroz Tres Delicias
Second Course	Merluza Empanada	Albóndigas Caseras a la Riojana	Magro en Salsa	Pavo al Ajillo	Tortilla de Jamón
Garnish	Ensalada Variada	Patatas Dado	Ens de Lechuga y Maíz	Patatas Fritas	Ens de Lechuga
Dessert	Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 5	MONDAY 28	TUESDAY 29	WEDNESDAY 30	THURSDAY 31	
Main Course	Macarrones Boloñesa	Crema Hortelana	Garbanzos Estofados	Arroz con Tomate	
Second Course	Limanda en Salsa	Tortilla Francesa	Pollo Asado al Limón	Fil de Merluza a la Plancha	
Garnish	Menestra Rehogada	Patatas al Vapor	Ens de Lechuga y Tomate	Ens de Lechuga y Cebolla	
Dessert	Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada	Yogur de Soja	
Suggested Dinner					

Ntra. Sra. de la Vega. Bilingual School

Aleraia al Huevo

May 2018

WEEK 1		TUESDAY 1	WEDNESDAY 2	THURSDAY 3	FRIDAY 4
Main Course				Arroz con Tomate	Crema Parmentier
Second Course		FESTIVO	FESTIVO	Lomo a la Plancha	Mero en Salsa
Garnish				Ens de Lechuga y Zanahoria	Patatas Dado
Dessert				Postre Lácteo	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 2	MONDAY 7	TUESDAY 8	WEDNESDAY 9	THURSDAY 10	FRIDAY 11
Main Course	Lentejas Estofadas	Sopa de Fideos	Paella Mixta	Crema de Calabacín	Espaguetis Pomodoro
Second Course	Hamburguesa Casera a la Plancha	Carne a la Jardinera	J York Extra al Horno	Escalope de Pollo sin Huevo	Merluza Meuniere
Garnish	Ens de Lechuga y Maíz	Ensalada del Chef	Ens de Lechuga	Patatas Fritas	Ens de Maíz y Zanahoria
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 3	MONDAY 14	TUESDAY 15	WEDNESDAY 16	THURSDAY 17	FRIDAY 18
Main Course	Arroz con Atún		Sopa Casera de Fideos	Macarrones Boloñesa	Judías Pintas Guisadas
Second Course	Lomo a la Plancha	FESTIVO	Pollo al Chilindrón	Filete Ruso	Salmón a la Plancha
Garnish	Ens de Lechuga y Cebolla		Verduritas Salteadas	Ens de Lechuga y Maíz	Patatas al Vapor
Dessert	Fruta Variada		Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 4	MONDAY 21	TUESDAY 22	WEDNESDAY 23	THURSDAY 24	FRIDAY 25
Main Course	Espaguetis al Horno	Sopa de Ave	Lentejas Estofadas	Crema de Zanahoria	Arroz Tres Delicias
Second Course	Merluza Empanada sin Huevo	Albóndigas Caseras a la Riojana	Magro en Salsa	Pavo al Ajillo	Caballa a la Mostaza
Garnish	Ensalada Variada	Patatas Dado	Ens de Lechuga y Maíz	Patatas Fritas	Ens de Lechuga
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 5	MONDAY 28	TUESDAY 29	WEDNESDAY 30	THURSDAY 31	
Main Course	Macarrones Boloñesa	Crema Hortelana	Garbanzos Estofados	Arroz con Tomate	
Second Course	Limanda en Salsa	Emperador a la Plancha	Pollo Asado al Limón	Fil de Merluza a la Plancha	
Garnish	Menestra Rehogada	Patatas al Vapor	Ens de Lechuga y Tomate	Ens de Lechuga y Cebolla	
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	
Suggested Dinner					

Ntra. Sra. de la Vega. Bilingual School

Swiss Certified ISO 9001

Celíacos

May 2018

WEEK 1		TUESDAY 1	WEDNESDAY 2	THURSDAY 3	FRIDAY 4
Main Course				Arroz con Tomate	Crema Parmentier
Second Course		FESTIVO	FESTIVO	Lomo a la Plancha	Tortilla Francesa
Garnish				Ens de Lechuga y Zanahoria	Patatas Dado
Dessert				Postre Lácteo	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 2	MONDAY 7	TUESDAY 8	WEDNESDAY 9	THURSDAY 10	FRIDAY 11
Main Course	Lentejas Estofadas	Sopa de Fideos	Paella Mixta	Crema de Calabacín	Espaguetis Pomodoro
Second Course	Hamburguesa Casera a la Plancha	Tortilla de Patata	J York Extra al Horno	Escalope de Pollo sin Gluten	Merluza Meuniere sin Gluten
Garnish	Ens de Lechuga y Maíz	Ensalada del Chef	Ens de Lechuga	Patatas Fritas	Ens de Maíz y Zanahoria
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 3	MONDAY 14	TUESDAY 15	WEDNESDAY 16	THURSDAY 17	FRIDAY 18
Main Course	Arroz con Atún		Sopa Casera de Fideos	Macarrones Boloñesa	Judías Pintas Guisadas
Second Course	Lomo a la Plancha	FESTIVO	Pollo al Chilindrón	Tortilla de Queso	Salmón a la Plancha
Garnish	Ens de Lechuga y Cebolla		Verduritas Salteadas	Ens de Lechuga y Maíz	Patatas al Vapor
Dessert	Fruta Variada		Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 4	MONDAY 21	TUESDAY 22	WEDNESDAY 23	THURSDAY 24	FRIDAY 25
Main Course	Espaguetis al Horno	Sopa de Ave	Lentejas Estofadas	Crema de Zanahoria	Arroz Tres Delicias
Second Course	Merluza Empanada sin Gluten	Albóndigas Caseras a la Riojana	Magro en Salsa	Pavo al Ajillo	Tortilla de Jamón
Garnish	Ensalada Variada	Patatas Dado	Ens de Lechuga y Maíz	Patatas Fritas	Ens de Lechuga
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 5	MONDAY 28	TUESDAY 29	WEDNESDAY 30	THURSDAY 31	
Main Course	Macarrones Boloñesa	Crema Hortelana	Garbanzos Estofados	Arroz con Tomate	
Second Course	Limanda en Salsa	Tortilla Francesa	Pollo Asado al Limón	Fil de Merluza a la Plancha	
Garnish	Menestra Rehogada	Patatas al Vapor	Ens de Lechuga y Tomate	Ens de Lechuga y Cebolla	
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	
Suggested Dinner					