Ntra. Sra. de la Vega. Bilingual School

Swiss Certified ISO 9001

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

November 2018

WEEK 1	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY 1	FRIDAY 2
Main Course					
Second Course				FESTIVO	DIA NO LECTIVO
Garnish					
Dessert					
Suggested Dinner					

WEEK 2	MONDAY 5	TUESDAY 6	WEDNESDAY 7	THURSDAY 8	FRIDAY 9
Main Course	Crema de Calabaza	Arroz Tres Delicias	Judías Blancas Estofadas	Sopa de Letras	
Second Course	Tortilla de Bonito	Bacalao con Tomate	Salteado de Pollo	Merluza Empanada	FESTIVO
Garnish	Patatas Dado	Verduritas Rehogadas	Ens de Lechuga y Tomate	Ens de Lechuga y Maíz	
Dessert	Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada	Yogur de Soja	
Suggested Dinner					

WEEK 3	MONDAY 12	TUESDAY 13	WEDNESDAY 14	THURSDAY 15	FRIDAY 16
Main Course	Arroz con Tomate	Lentejas Caseras	Macarrones con Jamón	Marmitako	Crema de Zanahoria
Second Course	Lomo a la Plancha	Ragout de Pavo	Limanda en Salsa	Tortilla Francesa	Albóndigas Caseras a la Cazuela
Garnish	Ens de Lechuga y Zanahoria	Duo de Verduras	Guisantes Rehogados	Ensalada Verde	Patatas Dado
Dessert	Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 4	MONDAY 29	TUESDAY 20	WEDNESDAY 21	THURSDAY 22	FRIDAY 23
Main Course	Macarrones Pomodoro	Crema de Calabaza	Arroz a la Milanesa	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	Puré de Patata	Ensalada Verde		Patatas Fritas
Dessert	Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 5	MONDAY 26	TUESDAY 27	WEDNESDAY 28	THURSDAY 29	FRIDAY 30
Main Course	Arroz con Tomate	Crema de Calabacín	Lentejas Lionesas	Espaguetis Amatriciana	Sopa Casera de Fideos
Second Course	J York Extra al Horno	Tortilla Francesa	Merluza a la Plancha	Pollo Estofado	Bienmesabe
Garnish	Ens de Lechuga y Tomate	Patatas Dado	Ens de Lechuga y Maíz	Verduritas de Temporada	Ensalada del Chef
Dessert	Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada	Yogur de Soja	Fruta Variada
Suggested Dinner					

Ntra. Sra. de la Vega. Bilingual School

Swiss Certified ISO 9001

Aleraia al Huevo

November 2018

WEEK 1	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY 1	FRIDAY 2
Main Course					
Second Course				FESTIVO	DIA NO LECTIVO
Garnish					
Dessert					
Suggested Dinner					

WEEK 2	MONDAY 5	TUESDAY 6	WEDNESDAY 7	THURSDAY 8	FRIDAY 9
Main Course	Crema de Calabaza	Arroz Tres Delicias	Judías Blancas Estofadas	Sopa de Fideos	
Second Course	Filete Ruso	Bacalao con Tomate	Salteado de Pollo	Merluza Empanada sin Huevo	FESTIVO
Garnish	Patatas Dado	Verduritas Rehogadas	Ens de Lechuga y Tomate	Ens de Lechuga y Maíz	
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	
Suggested Dinner					

WEEK 3	MONDAY 12	TUESDAY 13	WEDNESDAY 14	THURSDAY 15	FRIDAY 16
Main Course	Arroz con Tomate	Lentejas Caseras	Macarrones con Jamón	Marmitako	Crema de Zanahoria
Second Course	Lomo a la Plancha	Ragout de Pavo	Limanda en Salsa	Fil de Pollo a la Plancha	Albóndigas Caseras a la Cazuela
Garnish	Ens de Lechuga y Zanahoria	Duo de Verduras	Guisantes Rehogados	Ensalada Verde	Patatas Dado
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 4	MONDAY 29	TUESDAY 20	WEDNESDAY 21	THURSDAY 22	FRIDAY 23
Main Course	Macarrones Pomodoro	Crema de Calabaza	Arroz a la Milanesa	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	Puré de Patata	Ensalada Verde		Patatas Fritas
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 5	MONDAY 26	TUESDAY 27	WEDNESDAY 28	THURSDAY 29	FRIDAY 30
Main Course	Arroz con Tomate	Crema de Calabacín y Quesito	Lentejas Lionesas	Espaguetis Amatriciana	Sopa de Fideos
Second Course	J York Extra al Horno	Fil de Pollo a la Plancha	Merluza a la Plancha	Pollo Estofado	Bienmesabe sin Huevo
Garnish	Ens de Lechuga y Tomate	Patatas Dado	Ens de Lechuga y Maíz	Verduritas de Temporada	Ensalada del Chef
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada
Suggested Dinner					

Ntra. Sra. de la Vega. Bilingual School

Swiss Certified ISO 9001

Celíacos

November 2018

WEEK 1	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY 1	FRIDAY 2
Main Course					
Second Course				FESTIVO	DIA NO LECTIVO
Garnish					
Dessert					
Suggested Dinner					

WEEK 2	MONDAY 5	TUESDAY 6	WEDNESDAY 7	THURSDAY 8	FRIDAY 9
Main Course	Crema de Calabaza	Arroz Tres Delicias	Judías Blancas Estofadas	Sopa de Fideos	
Second Course	Tortilla de Bonito	Bacalao con Tomate	Salteado de Pollo	Merluza Empanada sin Gluten	FESTIVO
Garnish	Patatas Dado	Verduritas Rehogadas	Ens de Lechuga y Tomate	Ens de Lechuga y Maíz	
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	
Suggested Dinner					

WEEK 3	MONDAY 12	TUESDAY 13	WEDNESDAY 14	THURSDAY 15	FRIDAY 16
Main Course	Arroz con Tomate	Lentejas Caseras	Macarrones con Jamón	Marmitako	Crema de Zanahoria
Second Course	Lomo a la Plancha	Ragout de Pavo	Limanda en Salsa	Tortilla Francesa	Albóndigas Caseras a la Cazuela
Garnish	Ens de Lechuga y Zanahoria	Duo de Verduras	Guisantes Rehogados	Ensalada Verde	Patatas Dado
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 4	MONDAY 29	TUESDAY 20	WEDNESDAY 21	THURSDAY 22	FRIDAY 23
Main Course	Macarrones Pomodoro	Crema de Calabaza	Arroz a la Milanesa	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	Puré de Patata	Ensalada Verde		Patatas Fritas
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada
Suggested Dinner					

WEEK 5	MONDAY 26	TUESDAY 27	WEDNESDAY 28	THURSDAY 29	FRIDAY 30
Main Course	Arroz con Tomate	Crema de Calabacín y Quesito	Lentejas Lionesas	Espaguetis Amatriciana	Sopa de Fideos
Second Course	J York Extra al Horno	Tortilla Francesa	Merluza a la Plancha	Pollo Estofado	Bienmesabe sin Gluten
Garnish	Ens de Lechuga y Tomate	Patatas Dado	Ens de Lechuga y Maíz	Verduritas de Temporada	Ensalada del Chef
Dessert	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada
Suggested Dinner					