



Ntra. Sra. de la Vega. Bilingual School

Primer Turno

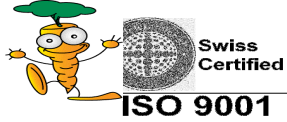


December 2018

WEEK 1	MONDAY	3	TUESDAY	4	WEDNESDAY	5	THURSDAY	6	FRIDAY	7
Main Course	Macarrones con Carne	Información nutricional:	Sopa de Picadillo	Información nutricional:	Garbanzos Castellanos	Información nutricional:				
Second Course	Huevos Villaroy	603 kcal. 15,6% prot.	Merluza a la Marinera	530 kcal. 20,3% prot.	Pollo en Pepitoria	504 kcal. 18,3% prot.	FESTIVO		NO LECTIVO	
Garnish	Ens Lechuga, Tomate, Cebo	43,8% H.C.	Zanahorias y Guisantes	51,0% H.C.	Duo de Verduras	46,9% H.C.				
Dessert	Fruta Variada	40,5% lip.	Postre Lácteo	28,5% lip.	Fruta Variada	34,2% lip.				
Suggested Dinner	Verdura y Lomo		Verdura y Pollo		Verdura y Pescado					
WEEK 2	MONDAY	10	TUESDAY	11	WEDNESDAY	12	THURSDAY	13	FRIDAY	14
Main Course	Crema de Calabaza	Información nutricional:	Patatas Estofadas	Información nutricional:	Macarrones Pomodoro	Información nutricional:	Judías Pintas Estofadas	Información nutricional:	Arroz a la Boloñesa	Información nutricional:
Second Course	Tortilla Francesa de Atún	526 kcal. 14,0% prot.	Lomo a la Plancha	539 kcal. 20,6% prot.	Merluza Enharinada	594 kcal. 15,6% prot.	Pollo Asado al Limón	482 kcal. 21,7% prot.	Cazón en Salsa	575 kcal. 17,4% prot.
Garnish	Patatas Fritas	29,9% H.C.	Ens de Lechuga y Tomate	45,5% H.C.	Ens de Lechuga y Zanahoria	50,3% H.C.	Pisto Manchego	48,1% H.C.	Salteado de Verduras	52,0% H.C.
Dessert	Fruta Variada	55,8% lip.	Postre Lácteo	33,8% lip.	Fruta Variada	33,8% lip.	Postre Lácteo	30,0% lip.	Fruta Variada	30,4% lip.
Suggested Dinner	Verdura y Ternera		Verdura y Pescado		Sopa y Pavo		Verdura y Pescado		Verdura y Huevo	
WEEK 3	MONDAY	17	TUESDAY	18	WEDNESDAY	19	THURSDAY	20	FRIDAY	21
Main Course	Espaguetis con Tomate	Información nutricional:	Sopa de Cocido	Información nutricional:	Crema de Calabacín	Información nutricional:	Arroz Milanesa	Información nutricional:	COMIDA ESPECIAL	
Second Course	Albóndigas Estofadas	618 kcal. 18,8% prot.	Cocido Completo	569 kcal. 19,7% prot.	Bacalao a la Riojana	452 kcal. 17,0% prot.	Fil de Pollo a la Plancha	528 kcal. 14,1% prot.	DE NAVIDAD	
Garnish	Jardinera	52,0% H.C.		47,6% H.C.	Patatas al Horno	47,6% H.C.	Zanahoria Baby	58,7% H.C.		
Dessert	Fruta Variada	28,7% lip.	Postre Lácteo	32,7% lip.	Fruta Variada	34,9% lip.	Postre Lácteo	27,0% lip.		
Suggested Dinner	Verdura y Pescado		Verdura y Huevo		Sopa y Lomo		Verdura y Pescado			
WEEK 4	MONDAY	24	TUESDAY	25	WEDNESDAY	26	THURSDAY	27	FRIDAY	28
Main Course	VACACIONES DE		VACACIONES DE		VACACIONES DE		VACACIONES DE		VACACIONES DE	
Second Course	NAVIDAD		NAVIDAD		NAVIDAD		NAVIDAD		NAVIDAD	
Garnish										
Dessert										
Suggested Dinner										
WEEK 5	MONDAY	31	TUESDAY	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES				
Main Course	VACACIONES DE									
Second Course	NAVIDAD									
Garnish										
Dessert										
Suggested Dinner										

Todos los días se tomará leche

Todos los días se servirá un menú de dieta blanda y/o astringente, siempre que los padres nos lo hayan comunicado o el servicio médico lo estime conveniente



Ntra. Sra. de la Vega. Bilingual School

Mayores



December 2018

WEEK 1	MONDAY 3	TUESDAY 4	WEDNESDAY 5	THURSDAY 6	FRIDAY 7
Main Course	Macarrones con Carne Panache de Verduras	Sopa de Picadillo Berenjenas Rebozadas	Garbanzos Castellanos Calabacín Rehogado	Información nutricional:	
Second Course	Huevos Villaroy Cazón al Horno	Merluza a la Marinera Ternera en Salsa	Pollo en Pepitoria Empanadilla de Bonito	806 kcal. 18,6% prot.	FESTIVO NO LECTIVO
Garnish	Ensalada de Lechuga, Tomate, Cebo	Zanahorias y Guisantes	Duo de Verduras	46,4% H.C.	
Dessert	Fruta Variada	P. Lácteo o Fruta	Fruta Variada	34,4% lip.	
Suggested Dinner	Verdura y Lomo	Verdura y Pollo	Verdura y Pescado		

WEEK 2	MONDAY 10	TUESDAY 11	WEDNESDAY 12	THURSDAY 13	FRIDAY 14
Main Course	Crema de Calabaza Menestra de Verduras	Patatas Estofadas Ratatouille	Macarrones Pomodoro Judías Verdes Salteadas	Judías Pintas Estofadas Acelgas al Pimentón	Arroz a la Boloñesa Coliflor con Bechamel
Second Course	Tortilla Francesa de Atún San Jacobos	Lomo a la Plancha Abadejo a la Coruñesa	Merluza Enharinada Filete a la Plancha	Pollo Asado al Limón Rabas de Calamar	Cazón en Salsa Filete de Ternera
Garnish	Patatas Fritas	Ensalada de Lechuga y Tomate	Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Pisto Manchego	Salteado de Verduras
Dessert	Fruta Variada	P. Lácteo o Fruta	Fruta Variada	P. Lácteo o Fruta	Fruta Variada
Suggested Dinner	Verdura y Ternera	Verdura y Pescado	Sopa y Pavo	Verdura y Pescado	Verdura y Huevo

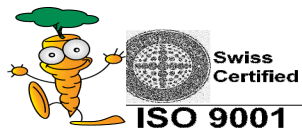
WEEK 3	MONDAY 17	TUESDAY 18	WEDNESDAY 19	THURSDAY 20	FRIDAY 21
Main Course	Espaguetis con Tomate Brocoli al Queso	Sopa de Cocido Repollo Rehogado	Crema de Calabacín Guisantes con Jamón	Arroz Milanesa Acelgas a la Cacereña	COMIDA ESPECIAL
Second Course	Albóndigas Estofadas Salmón a las Finas Hierbas	Cocido Completo Tortilla de Patata	Bacalao a la Riojana Ternera a la Pimienta	Fil de Pollo a la Plancha Caballa al Horno	DE NAVIDAD
Garnish	Jardinera		Patatas al Horno	Zanahoria Baby	
Dessert	Fruta Variada	P. Lácteo o Fruta	Fruta Variada	P. Lácteo o Fruta	
Suggested Dinner	Verdura y Pescado	Verdura y Huevo	Sopa y Lomo	Verdura y Pescado	

WEEK 4	MONDAY 24	TUESDAY 25	WEDNESDAY 26	THURSDAY 27	FRIDAY 28
Main Course	VACACIONES DE	VACACIONES DE	VACACIONES DE	VACACIONES DE	VACACIONES DE
Second Course	NAVIDAD	NAVIDAD	NAVIDAD	NAVIDAD	NAVIDAD
Garnish					
Dessert					
Suggested Dinner					

WEEK 5	MONDAY 31	TUESDAY	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Main Course	VACACIONES DE				
Second Course	NAVIDAD				
Garnish					
Dessert					
Suggested Dinner					

Todos los días se tomará leche

Todos los días se servirá un menú de dieta blanda y/o astringente, siempre que los padres nos lo hayan comunicado o el servicio médico lo estime conveniente



Ntra. Sra. de la Vega. Bilingual School

Menú Especial - 2 años



December 2018

WEEK 1	MONDAY	3	TUESDAY	4	WEDNESDAY	5	THURSDAY	6	FRIDAY	7
Main Course	Macarrones con Carne		Sopa de Picadillo		Garbanzos Castellanos					
Second Course	Huevos Villaroy		Merluza a la Marinera		Pollo en Pepitoria		FESTIVO		NO LECTIVO	
Garnish	Ens Lechuga, Tomate, Cebo		Zanahorias y Guisantes		Duo de Verduras					
Dessert	Fruta Variada		Postre Lácteo		Fruta Variada					
Suggested Dinner	Verdura y Lomo		Verdura y Pollo		Verdura y Pescado					
WEEK 2	MONDAY	10	TUESDAY	11	WEDNESDAY	12	THURSDAY	13	FRIDAY	14
Main Course	Crema de Calabaza		Patatas Estofadas		Macarrones Pomodoro		Judías Pintas Estofadas		Arroz a la Boloñesa	
Second Course	Tortilla Francesa de Atún		Lomo a la Plancha		Merluza Enharinada		Pollo Asado al Limón		Cazón en Salsa	
Garnish	Patatas Fritas		Ens de Lechuga y Tomate		Ens de Lechuga y Zanahoria		Pisto Manchego		Salteado de Verduras	
Dessert	Fruta Variada		Postre Lácteo		Fruta Variada		Postre Lácteo		Fruta Variada	
Suggested Dinner	Verdura y Ternera		Verdura y Pescado		Sopa y Pavo		Verdura y Pescado		Verdura y Huevo	
WEEK 3	MONDAY	17	TUESDAY	18	WEDNESDAY	19	THURSDAY	20	FRIDAY	21
Main Course	Espaguetis con Tomate		Sopa de Cocido		Crema de Calabacín		Arroz Milanesa		COMIDA ESPECIAL	
Second Course	Albóndigas Estofadas		Cocido Completo		Bacalao a la Riojana		Fil de Pollo a la Plancha		DE NAVIDAD	
Garnish	Jardinera				Patatas al Horno		Zanahoria Baby			
Dessert	Fruta Variada		Postre Lácteo		Fruta Variada		Postre Lácteo			
Suggested Dinner	Verdura y Pescado		Verdura y Huevo		Sopa y Lomo		Verdura y Pescado			
WEEK 4	MONDAY	24	TUESDAY	25	WEDNESDAY	26	THURSDAY	27	FRIDAY	28
Main Course	VACACIONES DE		VACACIONES DE		VACACIONES DE		VACACIONES DE		VACACIONES DE	
Second Course	NAVIDAD		NAVIDAD		NAVIDAD		NAVIDAD		NAVIDAD	
Garnish										
Dessert										
Suggested Dinner										
WEEK 5	MONDAY	31	TUESDAY	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES				
Main Course	VACACIONES DE									
Second Course	NAVIDAD									
Garnish										
Dessert										
Suggested Dinner										

Todos los días se tomará leche

Todos los días se servirá un menú de dieta blanda y/o astringente, siempre que los padres nos lo hayan comunicado o el servicio médico lo estime conveniente