

Ntra. Sra. de la Vega. Bilingual School

Mayores



June 2019

WEEK 1	MONDAY	3	TUESDAY	4	WEDNESDAY	5	THURSDAY	6	FRIDAY	7
Main Course	Arroz con Salsa de Tomate Coliflor al Ajo Arriero	Información nutricional:	Puré de Verduras Ensalada de Verano	Información nutricional:	Judías Pintas con Arroz Ensaladilla Rusa	Información nutricional:	Macarrones con Atún Pisto a la Bilbaina	Información nutricional:	Crema Hortelana Gazpacho con Picadillo	Información nutricional:
Second Course	Chuleta de Sajonia Bonito a la Vizcaína	690 kcal. 17,7% prot.	Cazón a la Andaluza Escalope de Ternera	617 kcal. 23,8% prot.	Pollo al Ajillo Marrajo al Horno	657 kcal. 19,0% prot.	Ternera en Salsa Merluza a la Romana	798 kcal. 19,6% prot.	Tortilla de Jamón Filete de Pollo a la Plancha	629 kcal. 13,3% prot.
Garnish	Ens de Lechuga y Maíz	53,8% H.C.	Arroz al Horno	36,1% H.C.	Ensalada de Lechuga	52,4% H.C.	Trio de Verduras	47,1% H.C.	Patatas Dado	34,8% H.C.
Dessert	Fruta Variada	28,3% lip.	P. Lácteo o Fruta	40,4% lip.	Fruta Variada	28,1% lip.	P. Lácteo o Fruta	33,3% lip.	Fruta Variada	51,5% lip.
Suggested Dinner	Verdura y Pescado		Verdura y Lomo		Verdura y Pescado		Verdura y Huevo		Sopa y Pollo	
WEEK 2	MONDAY	10	TUESDAY	11	WEDNESDAY	12	THURSDAY	13	FRIDAY	14
Main Course	Tallarines con Tomate Calabacín al Queso	Información nutricional:	Lentejas Guisadas Ensalada del Chef	Información nutricional:	Arroz con Salchichas Judías Verdes con Jamón	Información nutricional:	Patatas Guisadas Salmorejo	Información nutricional:	Crema de Puerros Lombarda con Manzana	Información nutricional:
Second Course	Cinta de Lomo Adobada Supremas de Merluza	734 kcal. 19,3% prot.	Pollo al Chilindrón Calamares en Salsa	636 kcal. 20,5% prot.	Merluza a la Vasca Ragout de Pavo	799 kcal. 14,4% prot.	Huevos Villaroy Magro con Tomate	675 kcal. 13,8% prot.	Platija en Salsa Croquetas y Empanadillas	625 kcal. 6,9% prot.
Garnish	Ens de Lechuga y Zanahoria	46,8% H.C.	Pimientos y Cebolla Salt	50,8% H.C.	Guisantes Rehogados	50,6% H.C.	Verduritas Salteadas	36,7% H.C.	Patatas Fritas	53,9% H.C.
Dessert	Fruta Variada	33,5% lip.	P. Lácteo o Fruta	28,1% lip.	Fruta Variada	34,8% lip.	P. Lácteo o Fruta	49,2% lip.	Fruta Variada	39,0% lip.
Suggested Dinner	Verdura y Pescado		Verdura y Pescado		Verdura y Ternera		Verdura y Pollo		Sopa y Huevo	
WEEK 3	MONDAY	17	TUESDAY	18	WEDNESDAY	19	THURSDAY	20	FRIDAY	21
Main Course	Paella Valenciana Gazpacho Andaluz	Información nutricional:	Crema de Zanahorias Parrillada de Verduras	Información nutricional:	Espaguetis con Carne Ensalada de Pasta	Información nutricional:	Alubias Blancas Estofadas Menestra de Verduras	Información nutricional:		
Second Course	Chuleta de Cerdo Abadejo en Salsa Verde	652 kcal. 20,7% prot.	Delicias de Pescado Pavo en Salsa	600 kcal. 16,9% prot.	Revuelto de Jamón y Queso Empanadillas de Atún	723 kcal. 17,3% prot.	Jamoncitos Pollo Braseado Palometa a la Plancha	668 kcal. 16,4% prot.	COMIDA ESPECIAL DE FIN DE CURSO	
Garnish	Ens de Lechuga y Cebolla	53,0% H.C.	Patatas Panadera	41,5% H.C.	Ensalada Mixta	45,9% H.C.	Zanahoria Baby	44,8% H.C.		
Dessert	Fruta Variada	26,1% lip.	P. Lácteo o Fruta	41,5% lip.	Fruta Variada	36,5% lip.	P. Lácteo o Fruta	38,7% lip.		
Suggested Dinner	Verdura y Pescado		Sopa y Pollo		Verdura y Lomo		Sopa y Pescado			
WEEK 4	MONDAY	24	TUESDAY	25	WEDNESDAY	26	THURSDAY	27	FRIDAY	28
Main Course										
Second Course	VACACIONES DE VERANO		VACACIONES DE VERANO		VACACIONES DE VERANO		VACACIONES DE VERANO		VACACIONES DE VERANO	
Garnish										
Dessert										
Suggested Dinner										
WEEK 5	MONDAY	TUESDAY	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES					
Main Course										
Second Course										
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

Primer Turno

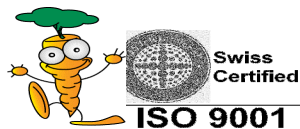


June 2019

WEEK 1	MONDAY	3	TUESDAY	4	WEDNESDAY	5	THURSDAY	6	FRIDAY	7
Main Course	Arroz con Salsa de Tomate	Información nutricional:	Puré de Verduras	Información nutricional:	Judías Pintas con Arroz	Información nutricional:	Macarrones con Atún	Información nutricional:	Crema Hortelana	Información nutricional:
Second Course	Chuleta de Sajonia	533 kcal. 16,9% prot.	Cazón a la Andaluza	519 kcal. 22,1% prot.	Pollo al Ajillo	492 kcal. 18,2% prot.	Ternera en Salsa	634 kcal. 18,5% prot.	Tortilla de Jamón	529 kcal. 14,1% prot.
Garnish	Ens de Lechuga y Maíz	54,5% H.C.	Arroz al Horno	39,6% H.C.	Ensalada de Lechuga	49,9% H.C.	Trio de Verduras	49,2% H.C.	Patatas Dado	30,0% H.C.
Dessert	Fruta Variada	28,3% lip.	Postre Lácteo	38,5% lip.	Fruta Variada	31,4% lip.	Postre Lácteo	32,3% lip.	Fruta Variada	55,6% lip.
Suggested Dinner	Verdura y Pescado		Verdura y Lomo		Verdura y Pescado		Verdura y Huevo		Sopa y Pollo	
WEEK 2	MONDAY	10	TUESDAY	11	WEDNESDAY	12	THURSDAY	13	FRIDAY	14
Main Course	Tallarines con Tomate	Información nutricional:	Lentejas Guisadas	Información nutricional:	Arroz con Salchichas	Información nutricional:	Patatas Guisadas	Información nutricional:	Crema de Puerros	Información nutricional:
Second Course	Cinta de Lomo Adobada	575 kcal. 18,6% prot.	Pollo al Chilindrón	455 kcal. 19,2% prot.	Merluza a la Vasca	673 kcal. 14,2% prot.	Huevos Villaroy	675 kcal. 13,8% prot.	Platija en Salsa	497 kcal. 7,4% prot.
Garnish	Ens de Lechuga y Zanahoria	46,5% H.C.	Pimientos y Cebolla Salt	52,7% H.C.	Guisantes Rehogados	49,8% H.C.	Verduras Salteadas	36,7% H.C.	Patatas Fritas	53,8% H.C.
Dessert	Fruta Variada	34,5% lip.	Postre Lácteo	27,8% lip.	Fruta Variada	35,8% lip.	Postre Lácteo	49,2% lip.	Fruta Variada	38,6% lip.
Suggested Dinner	Verdura y Pescado		Verdura y Pescado		Verdura y Ternera		Verdura y Pollo		Sopa y Huevo	
WEEK 3	MONDAY	17	TUESDAY	18	WEDNESDAY	19	THURSDAY	20	FRIDAY	21
Main Course	Paella Valenciana	Información nutricional:	Crema de Zanahorias	Información nutricional:	Espaguetis con Carne	Información nutricional:	Alubias Blancas Estofadas	Información nutricional:		
Second Course	Chuleta de Cerdo	499 kcal. 20,2% prot.	Delicias de Pescado	510 kcal. 16,0% prot.	Revuelto de Jamón y Queso	618 kcal. 18,2% prot.	Jamoncitos Pollo Braseado	550 kcal. 14,3% prot.	COMIDA ESPECIAL	DE FIN DE CURSO
Garnish	Ens de Lechuga y Cebolla	53,9% H.C.	Patatas Panadera	45,9% H.C.	Ensalada Mixta	41,7% H.C.	Zanahoria Baby	47,4% H.C.		
Dessert	Fruta Variada	25,7% lip.	Postre Lácteo	37,9% lip.	Fruta Variada	39,8% lip.	Postre Lácteo	38,3% lip.		
Suggested Dinner	Verdura y Pescado		Sopa y Pollo		Verdura y Lomo		Sopa y Pescado			
WEEK 4	MONDAY	24	TUESDAY	25	WEDNESDAY	26	THURSDAY	27	FRIDAY	28
Main Course										
Second Course	VACACIONES DE VERANO		VACACIONES DE VERANO		VACACIONES DE VERANO		VACACIONES DE VERANO		VACACIONES DE VERANO	
Garnish										
Dessert										
Suggested Dinner										
WEEK 5	MONDAY	TUESDAY	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES					
Main Course										
Second Course										
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



June 2019

WEEK 1	MONDAY	3	TUESDAY	4	WEDNESDAY	5	THURSDAY	6	FRIDAY	7
Main Course	Arroz con Salsa de Tomate		Puré de Verduras		Judías Pintas con Arroz		Macarrones con Atún		Crema Hortelana	
Second Course	Chuleta de Sajonia		Cazón a la Andaluza		Pollo al Ajillo		Ternera en Salsa		Tortilla de Jamón	
Garnish	Ens de Lechuga y Maíz		Arroz al Horno		Ensalada de Lechuga		Trio de Verduras		Patatas Dado	
Dessert	Fruta Variada		Postre Lácteo		Fruta Variada		Postre Lácteo		Fruta Variada	
Suggested Dinner	Verdura y Pescado		Verdura y Lomo		Verdura y Pescado		Verdura y Huevo		Sopa y Pollo	
WEEK 2	MONDAY	10	TUESDAY	11	WEDNESDAY	12	THURSDAY	13	FRIDAY	14
Main Course	Tallarines con Tomate		Lentejas Guisadas		Arroz con Salchichas		Patatas Guisadas		Crema de Puerros	
Second Course	Cinta de Lomo Adobada		Pollo al Chilindrón		Merluza a la Vasca		Huevos Villaroy		Platija en Salsa	
Garnish	Ens de Lechuga y Zanahoria		Pimientos y Cebolla Salt		Guisantes Rehogados		Verduritas Salteadas		Patatas Fritas	
Dessert	Fruta Variada		Postre Lácteo		Fruta Variada		Postre Lácteo		Fruta Variada	
Suggested Dinner	Verdura y Pescado		Verdura y Pescado		Verdura y Ternera		Verdura y Pollo		Sopa y Huevo	
WEEK 3	MONDAY	17	TUESDAY	18	WEDNESDAY	19	THURSDAY	20	FRIDAY	21
Main Course	Paella Valenciana		Crema de Zanahorias		Espaguetis con Carne		Alubias Blancas Estofadas			
Second Course	Chuleta de Cerdo		Delicias de Pescado		Revuelto de Jamón y Queso		Jamoncitos Pollo Braseado		COMIDA ESPECIAL DE FIN DE CURSO	
Garnish	Ens de Lechuga y Cebolla		Patatas Panadera		Ensalada Mixta		Zanahoria Baby			
Dessert	Fruta Variada		Postre Lácteo		Fruta Variada		Postre Lácteo			
Suggested Dinner	Verdura y Pescado		Sopa y Pollo		Verdura y Lomo		Sopa y Pescado			
WEEK 4	MONDAY	24	TUESDAY	25	WEDNESDAY	26	THURSDAY	27	FRIDAY	28
Main Course										
Second Course	VACACIONES DE VERANO		VACACIONES DE VERANO		VACACIONES DE VERANO		VACACIONES DE VERANO		VACACIONES DE VERANO	
Garnish										
Dessert										
Suggested Dinner										
WEEK 5	MONDAY	TUESDAY	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES					
Main Course										
Second Course										
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