

MES: Junio 2021



COLEGIO: THE LADY ELIZABETH

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
MENU LADY ELIZABETH PLV 06-21	1 Crema de zanahoria Lomo a la plancha con arroz salteado Fruta de temporada y pan Carrot soup Grilled tenderloin with sautéed rice Seasonal Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa de jamón york con ensalada Fruta de temporada y pan Beans with vegetables Ham omelette with salad Seasonal Fruit and bread	3 ENSALADA NO QUESO Ensalada de pasta Fajitas de pollo con brócoli salteado Fruta de temporada y pan Pasta salad Chicken fajitas with sautéed broccoli Seasonal Fruit and bread	4 Sopa de pescado Salmón al eneldo con guisantes salteados Yogur de soja y pan Fish soup Dill salmon with sautéed peas Soy yoghurt and bread	VE: 2840/679 GT: 14 GS: 7 HC: 97 AZ: 18 PROT: 42 SAL: 2
7 Arroz a la napolitana Filete de merluza al horno con patatas dado Fruta de temporada y pan Napolitan rice Baked hake with diced potatoes Seasonal Fruit and bread	8 Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada Fruta de temporada y pan Stewed lentils Spanish omelette with salad Seasonal Fruit and bread	9 Crema de verduras Longaniza al horno con ensalada Fruta de temporada y pan Vegetables cream Oven baked sausage with salad Seasonal Fruit and bread	10 Sopa de ave con estrellitas Bacalao al horno con verduritas Fruta de temporada y pan Chicken soup with pasta Baked cod with vegetables Seasonal Fruit and bread	11 Macarrones a la boloñesa Pollo asado con patatas panaderas Yogur de soja y pan Macaroni bolognese Grilled chicken with roasted potatoes Soy yoghurt and bread	VE: 3133/749 GT: 25 GS: 4 HC: 96 AZ: 18 PROT: 37 SAL: 3
14 Arroz con verduras y pollo Lomo de perca con pil-pil de tomate con verduritas Fruta de temporada y pan Rice with vegetables & chicken Perch loin with tomato pil-pil with vegetables Seasonal Fruit and bread	15 Crema de calabacín Filete de merluza al horno con patatas fritas Fruta de temporada y pan Zucchini cream Baked hake with french fries Seasonal Fruit and bread	16 Empedrado de legumbres Tortilla francesa con ensalada Fruta de temporada y pan Bean salad French omelette with salad Seasonal Fruit and bread	17 Crema de alubias Jamoncitos de pollo en salsa con brócoli salteado Fruta de temporada y pan Cream of beans Chicken drumsticks in sauce with sautéed broccoli Seasonal Fruit and bread	18 Fideuá Tortilla francesa de atún con ensalada Yogur de soja y pan Fideua (fine paella) Tuna omelette with salad Soy yoghurt and bread	VE: 3302/790 GT: 28 GS: 3 HC: 93 AZ: 22 PROT: 39 SAL: 2
21 COMIDA ESPECIAL FIN CURSO Macarrones napolitana Salchichas (sin lactosa) con patatas fritas Fruta de temporada y pan Napolitan macaroni Hotdogs (without lactose) with french fries Seasonal Fruit and bread	22 Crema de calabacín Lomo a la plancha con ensalada Fruta de temporada y pan Zucchini cream Grilled tenderloin with salad Seasonal Fruit and bread	23 Paella Filete de merluza al horno con judías verdes salteadas Fruta de temporada y pan Paella Baked hake with sautéed green beans Seasonal Fruit and bread	24 VACACIONES	25 VACACIONES	VE: 3019/722 GT: 20 GS: 2 HC: 100 AZ: 21 PROT: 37 SAL: 2
28 VACACIONES	29 VACACIONES	30 VACACIONES			VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0