

MES: Junio 2021



COLEGIO: THE LADY ELIZABETH

| Lunes   | Martes   | Miércoles  | Jueves  | Viernes  | Valoración  |
|---|--|--|---|--|---|
| MENU LADY ELIZABETH VEGANO<br>06-21   | 1<br>Crema de zanahoria con picatostes<br>Albóndigas veganas a la jardinera con arroz salteado<br>Fruta de temporada y pan<br>Carrot soup with croutons<br>Vegan meatballs with vegetables with sautéed rice<br>Seasonal Fruit and bread | 2<br>Alubias estofadas con verduras<br>Canelones vegetales con ensalada<br>Fruta y pan<br>Beans with vegetables<br>Vegetables cannelloni with salad<br>Fruit and bread | 3<br>Ensalada de pasta<br>Fajitas de verduras con brócoli salteado<br>Fruta de temporada y pan<br>Pasta salad<br>Vegetables Fajitas with sautéed broccoli<br>Seasonal Fruit and bread                 | 4<br>Salmorejo<br>Arroz blanco con guisantes salteados<br>Yogur de soja y pan<br>Salmorejo (tomato-based soup)<br>White rice with sautéed peas<br>Soy yoghurt and bread  | VE: 3360/804<br>GT: 24<br>GS: 10<br>HC: 121<br>AZ: 24<br>PROT: 33<br>SAL: 3 |
| 7<br>Crema de legumbres<br>Arroz con salsa de tomate<br>Fruta de temporada y pan<br>Cream of legumes<br>Rice with tomato sauce<br>Seasonal Fruit and bread  | 8<br>Coca de verduras<br>Lentejas estofadas con verduras<br>Fruta de temporada y pan<br>Vegetables flat bread<br>Lentils with vegetables<br>Seasonal Fruit and bread   | 9<br>Crema de verduras<br>Salchichas veganas con ensalada<br>Fruta de temporada y pan<br>Vegetables cream<br>Vegan sausages with salad<br>Seasonal Fruit and bread     | 10<br><b>ENSALADA NO ATUN NO HUEVO</b><br>Ensalada campera<br>Guisantes salteados con verduras<br>Fruta de temporada y pan<br>Rural Salad<br>Sautéed peas with vegetables<br>Seasonal Fruit and bread | 11<br><b>SALMOREJO SIN HUEVO</b><br>Salmorejo<br>Pasta (sin huevo) con salsa de verduras<br>Yogur de soja y pan<br>Salmorejo (tomato-based soup)<br>Pasta (without egg) with vegetables sauce<br>Soy yoghurt and bread | VE: 2873/687<br>GT: 19<br>GS: 3<br>HC: 106<br>AZ: 23<br>PROT: 27<br>SAL: 3  |
| 14<br>Arroz con verduras<br>Hummus de garbanzos con crudités de zanahoria y apio<br>Fruta de temporada y pan<br>Rice with vegetables<br>Chickpea hummus with carrot and celery crudités<br>Seasonal Fruit and bread   | 15<br>Crema de calabacín<br>Hamburguesa vegana con patatas fritas<br>Fruta y pan<br>Zucchini cream<br>Vegan burger with french fries<br>Fruit and bread  | 16<br>Empedrado de alubias<br>Lasaña vegetal con ensalada<br>Fruta de temporada y pan<br>White bean salad<br>Vegetables lasagna with salad<br>Seasonal Fruit and bread | 17<br>Brócoli salteado<br>Crema de legumbres<br>Fruta de temporada y pan<br>Sautéed broccoli<br>Cream of legumes<br>Seasonal Fruit and bread  | 18<br>Fideuá (sin huevo) con verduras<br>Tortilla francesa con ensalada<br>Yogur de soja y pan<br>Fideua (without egg) with vegetables<br>French omelette with salad<br>Soy yoghurt and bread                          | VE: 3354/803<br>GT: 21<br>GS: 3<br>HC: 122<br>AZ: 26<br>PROT: 27<br>SAL: 2  |
| 21<br><b>COMIDA ESPECIAL FIN CURSO</b><br>Macarrones (sin huevo) con salsa napolitana (tomate, calabacín y albahaca)<br>Salchichas veganas con patatas fritas<br>Yogur de soja y pan<br>Macaroni (without egg) with napolitan sauce (tomato, zucchini and basil)<br>Vegan sausages with french fries<br>Soy yoghurt and bread | 22<br><b>EMPEDRADO: NO ATÚN</b><br>Crema de calabacín<br>Empedrado de lentejas con ensalada<br>Fruta de temporada y pan<br>Zucchini cream<br>Cobbled lentils with salad<br>Seasonal Fruit and bread                                      | 23<br>Gazpacho<br>Paella con judías verdes salteadas<br>Fruta de temporada y pan<br>Gazpacho<br>Paella rice with sautéed green beans<br>Seasonal Fruit and bread       | 24<br><b>VACACIONES</b>   | 25<br><b>VACACIONES</b>  | VE: 3897/932<br>GT: 30<br>GS: 2<br>HC: 128<br>AZ: 23<br>PROT: 46<br>SAL: 4  |
| 28<br><b>VACACIONES</b>   | 29<br><b>VACACIONES</b>  | 30<br><b>VACACIONES</b>  |   |  | VE: 0/0<br>GT: 0<br>GS: 0<br>HC: 0<br>AZ: 0<br>PROT: 0<br>SAL: 0            |