

MES: Septiembre 2021



COLEGIO: THE LADY ELIZABETH

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
THE LADY ELIZABETH VEGANO 09-21		1 NO LECTIVO	2 NO LECTIVO	3 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
6 Macarrones con salsa de tomate Albóndigas veganas a la jardinera con calabacín salteado Fruta de temporada y pan Macaroni with tomato sauce Vegan meatballs with vegetables with sautéed zucchini squash Seasonal Fruit and bread	7 Ensalada campera Croquetas de espinacas con salteado de verduras Fruta y pan Rural Salad Spinach croquettes with sautéed vegetables Fruit and bread	8 Crema de calabacín con picatostes Tabulé con ensalada Fruta de temporada y pan Zucchini cream with croutons Tabbouleh with salad Seasonal Fruit and bread	9 Sopa de verduras Fajitas de verduras Fruta de temporada y pan Vegetables soup Vegetables Fajitas Seasonal Fruit and bread	10 Empedrado de legumbres Crema de verduras Fruta y pan Bean salad Vegetables cream Fruit and bread	VE: 3090/739 GT: 24 GS: 6 HC: 105 AZ: 29 PROT: 30 SAL: 2
13 Arroz a la napolitana Salchichas veganas con ensalada Fruta de temporada y pan Napolitan rice Vegan sausages with salad Seasonal Fruit and bread	14 Hummus Lentejas estofadas con verduras Fruta y pan Humus Lentils with vegetables Fruit and bread	15 Crema de verduras Hamburguesa vegana con ensalada Fruta de temporada y pan Vegetables cream Vegan burger with salad Seasonal Fruit and bread	16 Garbanzos salteados Pizza vegetal Fruta de temporada y pan Sautéed chickpeas Vegetables pizza Seasonal Fruit and bread	17 poke bowl con tofu Empedrado de alubias Fruta y pan White bean salad Fruit and bread	VE: 3150/753 GT: 16 GS: 2 HC: 126 AZ: 27 PROT: 31 SAL: 3
20 FIDEUA DE VERDURAS Crema de calabaza Fideuá Fruta de temporada y pan Pumpkin soup Fideua (fine noodles) Seasonal Fruit and bread	21 Garbanzos estofados Hamburguesa vegana con patatas fritas Fruta y pan Stewed chickpeas Vegan burger with french fries Fruit and bread	22 Puré de legumbres Ensalada de pasta Fruta de temporada y pan Legume purée Pasta salad Seasonal Fruit and bread	23 Arroz tres delicias Croquetas de espinacas Fruta de temporada y pan Three jewel rice Spinach croquettes Seasonal Fruit and bread	24 Crema de calabacín Lasaña vegetal Yogur de soja y pan Zucchini cream Vegetables lasagna Soy yoghurt and bread	VE: 2991/715 GT: 19 GS: 2 HC: 114 AZ: 21 PROT: 23 SAL: 2
27 Alubias estofadas con verduras Salchichas veganas Fruta de temporada y pan Beans with vegetables Vegan sausages Seasonal Fruit and bread	28 Arroz con verduras Albóndigas veganas a la jardinera con ensalada Fruta y pan Rice with vegetables Vegan meatballs with vegetables with salad Fruit and bread	29 Empedrado de legumbres Crema de verduras con guisantes Fruta de temporada y pan Bean salad Vegetables cream with peas Seasonal Fruit and bread	30 Crema de legumbres Ensalada de pasta Fruta de temporada y pan Cream of legumes Pasta salad Seasonal Fruit and bread		VE: 3519/842 GT: 23 GS: 4 HC: 126 AZ: 29 PROT: 42 SAL: 2