

MES: Mayo 2023

LAUDE NEWTON COLLEGE

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>1</p> <p>FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>Crema de calabacín Lomo adobado con puré de patatas Fruta de temporada y pan Zucchini cream Marinated tenderloin with mashed potatoes Seasonal Fruit and bread</p> <p>VE:2.500/598 GT:16 GS:4 HC:81 AZ:22 PROT:31 SAL:1</p>	<p>3</p> <p>Vichyssoise Jamoncitos de pollo asados con calabacín salteado Fruta o lácteo y pan Vichyssoise Grilled chicken thigh with sautéed zucchini Fruit or dairy dessert and bread</p> <p>VE:2.587/619 GT:14 GS:5 HC:81 AZ:27 PROT:44 SAL:1</p>	<p>4</p> <p>Espinacas salteadas con patatas Filete de merluza al horno Fruta de temporada y pan Sautéed spinach with potatoes Baked hake Seasonal Fruit and bread</p> <p>VE:2.344/561 GT:19 GS:1 HC:64 AZ:18 PROT:33 SAL:1</p>	<p>5</p> <p>Gazpacho Revuelto de jamón york con brócoli salteado Postre especial y pan Gazpacho Scrambled eggs with ham with sautéed broccoli Special desserts and bread</p> <p>VE:3.194/764 GT:15 GS:3 HC:112 AZ:34 PROT:47 SAL:3</p>
<p>8</p> <p>SIN JUDÍAS NI GUISANTES Ensalada de pasta Lacón a la gallega con salteado de verduras con tomate Fruta de temporada y pan Pasta salad Lacón pork shoulder with potatoes with sautéed vegetables with tomato sauce Seasonal Fruit and bread</p> <p>VE:3.905/934 GT:25 GS:7 HC:129 AZ:22 PROT:52 SAL:3</p>	<p>9</p> <p>Crema de zanahoria y calabaza con cúrcuma Contramuslo de pollo a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan Carrot and pumpkin cream with curcuma Chicken with fine herbs with roasted potatoes Seasonal Fruit and bread</p> <p>VE:2.583/618 GT:14 GS:2 HC:80 AZ:21 PROT:43 SAL:1</p>	<p>10</p> <p>SIN JUDÍAS NI GUISANTES Lentejas con quinoa y verduras Tortilla de patata y calabacín con verduritas Fruta o lácteo y pan Lentils with quinoa and vegetables Spanish omelette with courgette with vegetables Fruit or dairy dessert and bread</p> <p>VE:2.537/607 GT:13 GS:2 HC:99 AZ:21 PROT:22 SAL:2</p>	<p>11</p> <p>Arroz con salsa de tomate Pescado al horno con brócoli salteado Fruta de temporada y pan Rice with tomato sauce Baked fish with sautéed broccoli Seasonal Fruit and bread</p> <p>VE:2.738/655 GT:7 GS:0 HC:114 AZ:19 PROT:35 SAL:1</p>	<p>12</p> <p>Guisado de patatas, pollo y pasta Tortilla francesa de queso con zanahorias salteadas Postre especial y pan Potato, chicken & pasta stew Cheese omelette with sautéed carrots Special desserts and bread</p> <p>VE:3.081/737 GT:16 GS:4 HC:106 AZ:30 PROT:43 SAL:5</p>
<p>15</p> <p>Crema de calabacín Bacalao al horno con patatas Fruta de temporada y pan Zucchini cream Baked cod with potatoes Seasonal Fruit and bread</p> <p>VE:3.403/814 GT:36 GS:4 HC:79 AZ:21 PROT:39 SAL:1</p>	<p>16</p> <p>Fideuá marinera Magro a la plancha con brócoli salteado Fruta de temporada y pan Seafood fideua Grilled lean with sautéed broccoli Seasonal Fruit and bread</p> <p>VE:3.230/773 GT:27 GS:4 HC:98 AZ:35 PROT:32 SAL:1</p>	<p>17</p> <p>SIN JUDÍAS NI GUISANTES Crema de verduras Tortilla francesa de jamón york con verduritas Fruta o lácteo y pan Vegetables cream Ham omelette with vegetables Fruit or dairy dessert and bread</p> <p>VE:2.115/506 GT:14 GS:2 HC:74 AZ:22 PROT:22 SAL:2</p>	<p>18</p> <p>SIN MANZANA Crema de lentejas Filete de abadejo a la riojana (patata, tomate, especias) Fruta de temporada y pan Lentils cream Rioja's style haddock fillet (potato, tomato, species) Seasonal Fruit and bread</p> <p>VE:2.564/613 GT:8 GS:1 HC:107 AZ:20 PROT:37 SAL:2</p>	<p>19</p> <p>SIN JUDÍAS NI GUISANTES Macarrones con salsa de tomate Merluza en salsa de verduras con calabacín salteado Postre especial y pan Macaroni with tomato sauce Lluç with vegetable sauce with sautéed zucchini Special desserts and bread</p> <p>VE:3.867/925 GT:34 GS:4 HC:111 AZ:32 PROT:46 SAL:2</p>
<p>22</p> <p>SIN JUDÍAS NI GUISANTES Alubias estofadas con verduras Lomo adobado con patatas al vapor Fruta de temporada y pan Braised beans with vegetables Marinated tenderloin with steamed potatoes Seasonal Fruit and bread</p> <p>VE:2.879/689 GT:11 GS:3 HC:105 AZ:22 PROT:45 SAL:1</p>	<p>23</p> <p>Salmorejo Tortilla francesa de pavo con brócoli salteado Fruta de temporada y pan Salmorejo (tomato-based soup) Turkey omelette with sautéed broccoli Seasonal Fruit and bread</p> <p>VE:2.847/681 GT:31 GS:11 HC:79 AZ:25 PROT:25 SAL:3</p>	<p>24</p> <p>SIN JUDÍAS NI GUISANTES Arroz a la napolitana Magro en salsa con verduritas Fruta o lácteo y pan Neapolitan rice Lean pork in sauce with vegetables Fruit or dairy dessert and bread</p> <p>VE:2.947/705 GT:12 GS:1 HC:118 AZ:19 PROT:40 SAL:2</p>	<p>25</p> <p>Sopa minestrone Merluza con tomate Fruta de temporada y pan Minestrone soup Hake with tomato sauce Seasonal Fruit and bread</p> <p>VE:2.621/627 GT:26 GS:3 HC:72 AZ:19 PROT:28 SAL:3</p>	<p>26</p> <p>JORNADA ESPECIAL OPEN DAY</p>
<p>29</p> <p>Gazpacho Contramuslo de pollo al horno con cebolla y patatas al horno Fruta de temporada y pan Gazpacho Baked chicken with roasted onion & potatoes Seasonal Fruit and bread</p> <p>VE:3.246/776 GT:10 GS:1 HC:108 AZ:29 PROT:60 SAL:2</p>	<p>30</p> <p>Pasta a la napolitana Filete de merluza a la griega con verduritas Fruta de temporada y pan Neapolitan pasta Hake fillet greek style with vegetables Seasonal Fruit and bread</p> <p>VE:3.098/741 GT:17 GS:3 HC:107 AZ:22 PROT:37 SAL:2</p>	<p>31</p> <p>Olleta alicantina Tortilla de patatas con pisto Fruta o lácteo y pan "Olleta alicantina" legume stew Spanish omelette with ratatouille Fruit or dairy dessert and bread</p> <p>VE:3.612/864 GT:24 GS:0 HC:132 AZ:20 PROT:31 SAL:3</p>		<p>Buffet de ensalada diario En este menú solo se servirá pan blanco, nada integral</p>