

MES: Mayo 2023

LAUDE NEWTON COLLEGE

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p><b>1</b></p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p><b>2</b></p> <p>Crema de calabacín con picatostes Lomo adobado con puré de patatas Fruta de temporada Zucchini cream with croutons Marinated tenderloin with mashed potatoes Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.015/482 GT:19 GS:4 HC:52 AZ:20 PROT:25 SAL:0</p>	<p><b>3</b></p> <p>Alubias estofadas con verduras Jamoncitos de pollo asados con guisantes salteados con cebolla Fruta o lácteo Braised beans with vegetables Grilled chicken thigh with sautéed peas with onion Fruit or dairy dessert</p> <p>VE:2.465/590 GT:13 GS:3 HC:71 AZ:23 PROT:50 SAL:0</p>	<p><b>4</b></p> <p>Macarrones a la boloñesa Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos Fruta de temporada Macaroni bolognese Baked hake fillet with citrus vinaigrette Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.140/512 GT:11 GS:1 HC:74 AZ:17 PROT:32 SAL:2</p>	<p><b>5</b></p> <p>Paella Revuelto de jamón york con menestra de verduras salteadas Postre especial Paella Scrambled eggs with ham with vegetable stew Special desserts</p> <p>VE:2.571/615 GT:17 GS:4 HC:83 AZ:20 PROT:32 SAL:1</p>
<p><b>8</b></p> <p>Ensalada de pasta Formas de pescado con salteado de verduras con tomate Fruta de temporada Pasta salad Fish delights with sautéed vegetables with tomato sauce Seasonal Fruit</p> <p>VE:3.023/723 GT:20 GS:5 HC:104 AZ:21 PROT:35 SAL:1</p>	<p><b>9</b></p> <p>Crema de zanahoria y calabaza con cúrcuma Contramuslo de pollo a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada Carrot and pumpkin cream with curcuma Chicken with fine herbs with roasted potatoes Seasonal Fruit</p> <p>VE:1.902/455 GT:13 GS:2 HC:49 AZ:18 PROT:37 SAL:0</p>	<p><b>10</b></p> <p>Lentejas con quinoa y verduras Tortilla de patata y calabacín con verduritas Fruta o lácteo Lentils with quinoa and vegetables Spanish omelette with courgette with vegetables Fruit or dairy dessert</p> <p>VE:1.856/444 GT:12 GS:2 HC:68 AZ:19 PROT:16 SAL:2</p>	<p><b>11</b></p> <p>Paella de verduras Pescado al horno con brócoli salteado Fruta de temporada Vegetable paella Baked fish with sautéed broccoli Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.195/525 GT:7 GS:0 HC:80 AZ:18 PROT:35 SAL:2</p>	<p><b>12</b></p> <p>Guisado de patatas, pollo y pasta Tortilla francesa de queso con salteado de zanahorias y judías verdes Postre especial Potato, chicken &amp; pasta stew Cheese omelette with sautéed carrots &amp; green beans Special desserts</p> <p>VE:2.387/571 GT:15 GS:3 HC:74 AZ:26 PROT:37 SAL:6</p>
<p><b>15</b></p> <p>Crema de calabacín con picatostes Jamoncitos de pollo a la naranja con patatas Fruta de temporada Zucchini cream with croutons Chicken drumsticks with orange sauce with potatoes Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.324/556 GT:23 GS:4 HC:50 AZ:21 PROT:35 SAL:0</p>	<p><b>16</b></p> <p>Fideuá marinera Albóndigas a la hortelana con brócoli salteado Fruta de temporada Seafood fideua Meatballs hortelana with sautéed broccoli Seasonal Fruit</p> <p>VE:3.138/751 GT:37 GS:10 HC:73 AZ:34 PROT:31 SAL:1</p>	<p><b>17</b></p> <p>Arroz a la milanesa Tortilla francesa de jamón york con verduras Fruta o lácteo Milanese rice Ham omelette with vegetables Fruit or dairy dessert</p> <p>VE:2.113/506 GT:13 GS:4 HC:78 AZ:18 PROT:21 SAL:2</p>	<p><b>18</b></p> <p>Guiso de lentejas con manzana Croquetas de jamón con verduras Fruta de temporada Lentil stew with apple Ham croquettes with vegetables Seasonal Fruit</p> <p>VE:3.051/730 GT:38 GS:6 HC:81 AZ:26 PROT:19 SAL:3</p>	<p><b>19</b></p> <p>Macarrones a la amatriciana Merluza en salsa de verduras con guisantes salteados Postre especial Macaroni in amatriciana sauce Lluç with vegetable sauce with sautéed peas Special desserts</p> <p>VE:3.808/911 GT:49 GS:7 HC:78 AZ:39 PROT:35 SAL:1</p>
<p><b>22</b></p> <p>Alubias estofadas con verduras Lomo adobado con menestra de verduras salteadas Fruta de temporada Braised beans with vegetables Marinated tenderloin with vegetable stew Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.105/504 GT:10 GS:3 HC:69 AZ:19 PROT:38 SAL:0</p>	<p><b>23</b></p> <p>Coditos con salsa funghi Tortilla francesa de pavo con guisantes salteados Fruta de temporada Elbow macaroni with funghi sauce Turkey omelette with sautéed peas Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.278/545 GT:19 GS:4 HC:70 AZ:22 PROT:25 SAL:2</p>	<p><b>24</b></p> <p>Arroz a la napolitana Albóndigas en salsa con verduras Fruta o lácteo Napolitan rice Meatballs in gravy with vegetables Fruit or dairy dessert</p> <p>VE:2.838/679 GT:26 GS:9 HC:88 AZ:17 PROT:26 SAL:2</p>	<p><b>25</b></p> <p>Sopa minestrone Pizza de jamón y queso con salteado de verduras Fruta de temporada Minestrone soup Ham &amp; cheese pizza with sautéed vegetables Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.215/530 GT:16 GS:7 HC:82 AZ:20 PROT:17 SAL:4</p>	<p><b>26</b></p> <p><b>JORNADA ESPECIAL OPEN DAY</b></p>
<p><b>29</b></p> <p>Arroz tres delicias Contramuslo de pollo al horno con cebolla y patatas al horno Fruta de temporada Three jewel rice Baked chicken with roasted onion &amp; potatoes Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.136/511 GT:5 GS:1 HC:73 AZ:16 PROT:37 SAL:1</p>	<p><b>30</b></p> <p>Pasta a la napolitana Filete de merluza a la griega con verduras Fruta de temporada Napolitan pasta Hake fillet greek style with vegetables Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.417/578 GT:16 GS:3 HC:76 AZ:19 PROT:31 SAL:2</p>	<p><b>31</b></p> <p>Olleta alicantina Tortilla de patatas con pisto Fruta o lácteo "Olleta alicantina" legume stew Spanish omelette with ratatouille Fruit or dairy dessert</p> <p>VE:2.931/701 GT:23 GS:0 HC:101 AZ:17 PROT:25 SAL:2</p>		<p>Ensalada variada y pan a diario</p>