

MES: Mayo 2023

LAUDE NEWTON COLLEGE

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>1</p> <p>FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>Crema de calabacín con picatostes Buñuelos de bacalao con puré de patatas Fruta de temporada Zucchini cream with croutons Cod fritters with mashed potatoes Seasonal Fruit</p> <p>VE:3.156/755 GT:41 GS:6 HC:83 AZ:21 PROT:11 SAL:3</p>	<p>3</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>4</p> <p>Macarrones a la napolitana Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos Fruta de temporada Napolitan macaroni Baked hake fillet with citrus vinaigrette Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.196/525 GT:12 GS:2 HC:73 AZ:17 PROT:32 SAL:1</p>	<p>5</p> <p>Paella Tortilla francesa con menestra de verduras salteadas Postre especial Paella French omelette with vegetable stew Special desserts</p> <p>VE:2.588/619 GT:18 GS:3 HC:82 AZ:20 PROT:31 SAL:1</p>
<p>8</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>9</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>10</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>11</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>12</p> <p>Guisado de patatas, pollo y pasta Tortilla francesa de queso con salteado de zanahorias y judías verdes Postre especial Potato, chicken & pasta stew Cheese omelette with sautéed carrots & green beans Special desserts</p> <p>VE:2.387/571 GT:15 GS:3 HC:74 AZ:26 PROT:37 SAL:6</p>
<p>15</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>16</p> <p>Fideuá marinera Albóndigas veganas a la jardinera con brócoli salteado Fruta de temporada Seafood fideua Vegan meatballs with vegetables with sautéed broccoli Seasonal Fruit</p> <p>VE:3.443/824 GT:37 GS:9 HC:92 AZ:41 PROT:37 SAL:1</p>	<p>17</p> <p>Arroz con pollo Tortilla francesa con verduras Fruta o lácteo Rice with chicken French omelette with vegetables Fruit or dairy dessert</p> <p>VE:1.867/447 GT:6 GS:0 HC:74 AZ:17 PROT:25 SAL:2</p>	<p>18</p> <p>Guiso de lentejas con manzana Filete de abadejo a la riojana (patata, tomate, especias) con verduras Fruta de temporada Lentil stew with apple Rioja's style haddock fillet (potato, tomato, species) with vegetables Seasonal Fruit</p> <p>VE:1.814/434 GT:12 GS:2 HC:61 AZ:19 PROT:32 SAL:2</p>	<p>19</p> <p>Macarrones con salsa de tomate con queso Merluza en salsa de verduras con guisantes salteados Postre especial Macaroni with tomato sauce with cheese Lluç with vegetable sauce with sautéed peas Special desserts</p> <p>VE:3.369/806 GT:34 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:43 SAL:2</p>
<p>22</p> <p>Alubias estofadas con verduras Coca levantina de verduras con menestra de verduras salteadas Fruta de temporada Braised beans with vegetables Vegetable coca (thin, crispy bread) with vegetable stew Seasonal Fruit</p> <p>VE:3.514/841 GT:19 GS:7 HC:136 AZ:25 PROT:36 SAL:2</p>	<p>23</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>24</p> <p>Arroz a la napolitana Albóndigas veganas a la jardinera Fruta o lácteo Napolitan rice Vegan meatballs with vegetables Fruit or dairy dessert</p> <p>VE:3.051/730 GT:25 GS:9 HC:101 AZ:24 PROT:35 SAL:1</p>	<p>25</p> <p>Sopa minestrone Pizza de pollo con salteado de verduras Fruta de temporada Minestrone soup Chicken pizza with sautéed vegetables Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.692/644 GT:19 GS:7 HC:96 AZ:22 PROT:23 SAL:4</p>	<p>26</p> <p>JORNADA ESPECIAL OPEN DAY</p>
<p>29</p> <p>Arroz sin jamón cocido Arroz tres delicias Contramuslo de pollo al horno con cebolla y patatas al horno Fruta de temporada Chinese fried rice Baked chicken with roasted onion & potatoes Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.136/511 GT:5 GS:1 HC:73 AZ:16 PROT:37 SAL:1</p>	<p>30</p> <p>Macarrones con verduras con tomate Filete de merluza a la griega con verduras Fruta de temporada Macaroni with vegetables with tomato Hake fillet greek style with vegetables Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.332/558 GT:14 GS:1 HC:75 AZ:21 PROT:37 SAL:2</p>	<p>31</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>