

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 Pastel de patata y boloñesa de legumbre Fruta de temporada Zucchini cream with croutons Potato pie and legume bolognese Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.341/560 GT:17 GS:2 HC:79 AZ:33 PROT:17 SAL:2</p>	<p>3</p> <p>Vichyssoise Alubias estofadas con verduras Fruta de temporada Vichyssoise Stewed beans with vegetables Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.218/531 GT:11 GS:3 HC:91 AZ:28 PROT:25 SAL:1</p>	<p>4</p> <p>Macarrones con verduras Albóndigas veganas a la jardinera Fruta de temporada Macaroni with vegetables Vegan meatballs with vegetables Seasonal Fruit</p> <p>VE:3.035/726 GT:25 GS:9 HC:93 AZ:26 PROT:45 SAL:1</p>	<p>5</p> <p>paella no carne Brócoli salteado con patatas Paella Postre especial Sautéed broccoli with potatoes Paella rice Special desserts</p> <p>VE:2.582/618 GT:23 GS:4 HC:85 AZ:21 PROT:20 SAL:1</p>
<p>8</p> <p>Ensalada de pasta Croquetas de espinacas con salteado de verduras con tomate Fruta de temporada Pasta salad Spinach croquettes with sautéed vegetables with tomato sauce Seasonal Fruit</p> <p>VE:3.366/805 GT:31 GS:6 HC:105 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	<p>9</p> <p>Poke bowl con tofu Crema de zanahoria y calabaza con cúrcuma Poke Bowl Fruta de temporada Carrot and pumpkin cream with curcuma Poke Bowl Seasonal Fruit</p> <p>VE:3.001/718 GT:20 GS:2 HC:105 AZ:24 PROT:33 SAL:1</p>	<p>10</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Lentejas con quinoa y verduras Fruta de temporada Braised green beans, carrots & potatoes Lentils with quinoa and vegetables Seasonal Fruit</p> <p>VE:1.509/361 GT:3 GS:0 HC:71 AZ:22 PROT:13 SAL:0</p>	<p>11</p> <p>Paella de verduras Hamburguesa vegana con brócoli salteado Fruta de temporada Vegetable paella Vegan burger with sautéed broccoli Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.563/613 GT:10 GS:1 HC:104 AZ:20 PROT:25 SAL:2</p>	<p>12</p> <p>Crema de verduras Empedrado de garbanzos Postre especial Vegetables cream Chickpeas salad Special desserts</p> <p>VE:2.529/605 GT:18 GS:4 HC:93 AZ:32 PROT:23 SAL:1</p>
<p>15</p> <p>Cazuela de verdura con fideos Canelones vegetales Fruta de temporada Vegetables & noodles Vegetables cannelloni Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.598/622 GT:23 GS:5 HC:100 AZ:20 PROT:22 SAL:2</p>	<p>16</p> <p>Empedrado de alubias Albóndigas veganas a la jardinera con brócoli salteado Fruta de temporada White bean salad Vegan meatballs with vegetables with sautéed broccoli Seasonal Fruit</p> <p>VE:3.928/940 GT:38 GS:10 HC:111 AZ:34 PROT:49 SAL:2</p>	<p>17</p> <p>Gazpacho Arroz con setas con verduritas Fruta o lácteo Gazpacho Rice with mushrooms with vegetables Fruit or dairy dessert</p> <p>VE:2.778/664 GT:11 GS:0 HC:116 AZ:27 PROT:28 SAL:3</p>	<p>18</p> <p>Guiso de lentejas con manzana Wok de verduras con patatas dado Fruta de temporada Lentil stew with apple Vegetable wok with diced potatoes Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.838/679 GT:30 GS:3 HC:75 AZ:24 PROT:24 SAL:1</p>	<p>19</p> <p>Gratén de coliflor con bechamel Pasta con verduras con guisantes salteados Postre especial Cauliflower cheese with bechamel sauce Pasta with vegetables with sautéed peas Special desserts</p> <p>VE:3.096/741 GT:15 GS:5 HC:119 AZ:27 PROT:35 SAL:3</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>Hervido valenciano Pasta con verduras con guisantes salteados Fruta de temporada Valencia style boiled vegetables Pasta with vegetables with sautéed peas Seasonal Fruit</p> <p>VE:1.697/406 GT:4 GS:0 HC:81 AZ:24 PROT:14 SAL:2</p>	<p>24</p> <p>Arroz a la napolitana Albóndigas veganas a la jardinera con verduritas Fruta o lácteo Napolitan rice Vegan meatballs with vegetables with vegetables Fruit or dairy dessert</p> <p>VE:3.110/744 GT:25 GS:9 HC:104 AZ:25 PROT:35 SAL:2</p>	<p>25</p> <p>Sopa minestrone Pizza con boloñesa de soja con salteado de verduras Fruta de temporada Minestrone soup Pizza with soy bolognese with sautéed vegetables Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.692/644 GT:25 GS:6 HC:88 AZ:21 PROT:24 SAL:4</p>	<p>26</p> <p>JORNADA ESPECIAL OPEN DAY</p>
<p>29</p> <p>Arroz sin jamón cocido Arroz tres delicias Hamburguesa vegana con cebolla y patatas al horno Fruta de temporada Chinese fried rice Vegan burger with roasted onion & potatoes Seasonal Fruit</p> <p>VE:2.299/550 GT:8 GS:1 HC:100 AZ:18 PROT:17 SAL:1</p>	<p>30</p> <p>Empedrado de legumbres Pasta a la napolitana con verduritas Fruta de temporada Bean salad Napolitan pasta with vegetables Seasonal Fruit</p> <p>VE:3.937/942 GT:34 GS:3 HC:116 AZ:28 PROT:47 SAL:2</p>	<p>31</p> <p>Olleta alicantina Salteado de coliflor con patatas con pisto Fruta o lácteo "Olleta alicantina" legume stew Sautéed cauliflower with potatoes with ratatouille Fruit or dairy dessert</p> <p>VE:2.396/573 GT:11 GS:0 HC:99 AZ:19 PROT:24 SAL:1</p>		<p>Ensalada variada y pan a diario</p>