

MES: Abril 2024

NEWTON COLLEGE

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

3

4

5

8

9

10

11

12

15

16

17

18

19

22

23

24

25

26

29

30

Vichyssoise
Filete de lenguadina en salsa verde con zanahorias salteadas
Fruta de temporada y pan
Vichyssoise
Sole in green sauce with sautéed carrots
Seasonal Fruit and bread

VE:3.265/781 GT:25 GS:7 HC:101 AZ:30 PROT:43 SAL:2

Lentejas estofadas con verduras
Tortilla de patatas con menestra de verduras salteadas
Fruta de temporada y pan
Stewed lentils
Spanish omelette with vegetable stew
Seasonal Fruit and bread

VE:3.237/774 GT:18 GS:3 HC:122 AZ:21 PROT:35 SAL:1

Brócoli gratinado
Hamburguesa a la plancha con salsa teriyaki con calabacín salteado
Fruta de temporada y pan
Broccoli au gratin
Grilled burger with teriyaki sauce with sautéed zucchini
Seasonal Fruit and bread

VE:1.601/383 GT:6 GS:1 HC:71 AZ:21 PROT:14 SAL:1

Gazpacho
Tortilla francesa de jamón york con menestra de verduras salteadas
Fruta de temporada y pan
Gazpacho
Ham omelette with vegetable stew
Seasonal Fruit and bread

VE:3.104/742 GT:15 GS:2 HC:111 AZ:28 PROT:43 SAL:3

Garbanzos estofados
Lomo al ajillo con brócoli aliñado
Fruta de temporada y pan
Stewed chickpeas
Tenderloin with garlic with dressed broccoli
Seasonal Fruit and bread

VE:2.889/691 GT:13 GS:3 HC:111 AZ:20 PROT:37 SAL:2

Crema ceci con patata, manzana y quinoa
Abadejo en salsa con judías verdes salteadas
Fruta de temporada y pan
Ceci cream with potato, apple and quinoa
Haddock in sauce with sautéed green beans
Seasonal Fruit and bread

VE:3.444/824 GT:20 GS:4 HC:125 AZ:23 PROT:46 SAL:2

Garbanzos con espinacas con huevo duro
Lomo con salsa de queso con patatas dado
Fruta de temporada y pan
Stew with spinach with hard-boiled egg
Tenderloin with cheese with diced potatoes
Seasonal Fruit and bread

VE:4.253/1.017 GT:43 GS:8 HC:104 AZ:22 PROT:47 SAL:2

Alubias estofadas con chorizo
Asado de pescado con verduritas
Fruta o lácteo y pan
Braised beans with sausage
Baked fish with vegetables
Fruit or dairy dessert and bread

VE:3.124/747 GT:11 GS:3 HC:115 AZ:23 PROT:48 SAL:4

Empedrado de legumbres
Estofado de pollo con verduritas
Fruta o lácteo y pan
Bean salad
Chicken stew with vegetables
Fruit or dairy dessert and bread

VE:4.262/1.020 GT:34 GS:4 HC:112 AZ:30 PROT:69 SAL:2

Puré de verduras
Lomo adobado en salsa de pimientos con tomate aliñado
Fruta o lácteo y pan
Vegetables purée
Marinated tenderloin in pepper sauce with tomatoes with dressing
Fruit or dairy dessert and bread

VE:2.620/627 GT:23 GS:3 HC:73 AZ:23 PROT:31 SAL:2

Crema Borsch (remolacha, zanahoria y queso)
Abadejo a la bilbaína con patatas dado
Fruta de temporada y pan
Borsch Cream (beets, carrots and cheese)
Bilbao-style haddock with diced potatoes
Seasonal Fruit and bread

VE:3.160/756 GT:37 GS:4 HC:85 AZ:22 PROT:31 SAL:1

Gratén de coliflor con bechamel
Tortilla francesa con guisantes salteados
Fruta de temporada y pan
Cauliflower cheese with bechamel sauce
French omelette with sautéed peas
Seasonal Fruit and bread

VE:2.946/705 GT:13 GS:3 HC:106 AZ:25 PROT:41 SAL:2

Salmorejo con huevo duro
Contramuslo de pollo a las finas hierbas con verduritas
Fruta de temporada y pan
Salmorejo (tomato-based soup) with hard-boiled egg
Chicken with fine herbs with vegetables
Seasonal Fruit and bread

VE:3.407/815 GT:34 GS:13 HC:77 AZ:25 PROT:49 SAL:4

Lentejas estofadas con verduras
Contramuslo de pollo al horno con patatas
Natillas y pan
Stewed lentils
Baked chicken with potatoes
Custard and bread

VE:3.575/855 GT:21 GS:4 HC:110 AZ:24 PROT:54 SAL:1

Crema de calabacín
Filete de merluza en salsa americana con jardinera
Yogur con cereales y pan
Zucchini cream
Grilled hake in american sauce with mixed vegetables
Cereals with yoghurt and bread

VE:2.993/716 GT:16 GS:3 HC:95 AZ:22 PROT:47 SAL:1

Espinacas con pasas
Magro de cerdo al tomillo con verduritas
Profiteroles y pan
Spinach with raisins
Lean pork with thyme with vegetables
Cream puffs and bread

VE:3.214/769 GT:29 GS:4 HC:78 AZ:7 PROT:50 SAL:4

Todos los días disponible buffet de ensalada y pan blanco e integral