

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

Cazuela de arroz caldoso con verduras  
Hamburguesa vegana con calabacín salteado  
Fruta de temporada y pan  
Caldoso rice with vegetables  
Vegan burger with sautéed zucchini  
Seasonal Fruit and bread

VE:2.980/713 GT:8 GS:1 HC:136 AZ:23 PROT:24 SAL:1

Garbanzos con espinacas con huevo duro  
Merluza en salsa marinera con patatas dado  
Fruta de temporada y pan  
Stew with spinach with hard-boiled egg  
Hake with sauce with diced potatoes  
Seasonal Fruit and bread

VE:4.349/1.040 GT:40 GS:6 HC:113 AZ:23 PROT:51 SAL:2

Arroz a banda  
Tortilla francesa con menestra de verduras salteadas  
Fruta de temporada y pan  
"A banda" rice  
French omelette with vegetable stew  
Seasonal Fruit and bread

VE:2.729/653 GT:7 GS:0 HC:108 AZ:19 PROT:35 SAL:1

Crema de zanahoria  
Asado de pescado con verduritas  
Fruta o lácteo y pan  
Carrot cream  
Baked fish with vegetables  
Fruit or dairy dessert and bread

VE:2.433/582 GT:7 GS:1 HC:95 AZ:26 PROT:30 SAL:3

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

Lentejas estofadas con verduras  
Croquetas de espinacas con patatas  
Natillas y pan  
Stewed lentils  
Spinach croquettes with potatoes  
Custard and bread

VE:4.081/976 GT:38 GS:5 HC:133 AZ:31 PROT:28 SAL:2

Paella de verduras  
Filete de lenguadina al horno con zanahorias salteadas  
Fruta de temporada y pan  
Vegetable paella  
Baked sole fillet with sautéed carrots  
Seasonal Fruit and bread

VE:3.211/768 GT:14 GS:3 HC:121 AZ:22 PROT:40 SAL:1

Garbanzos estofados  
Calamares en salsa con brócoli aliñado  
Fruta de temporada y pan  
Stewed chickpeas  
Squid in sauce with dressed broccoli  
Seasonal Fruit and bread

VE:2.689/643 GT:8 GS:0 HC:115 AZ:20 PROT:32 SAL:1

Empedrado de legumbres  
Rollito de primavera con verduritas  
Fruta o lácteo y pan  
Bean salad  
Spring roll with vegetables  
Fruit or dairy dessert and bread

VE:4.153/994 GT:40 GS:3 HC:118 AZ:49 PROT:44 SAL:2

Macarrones a la napolitana  
Tortilla francesa con guisantes salteados  
Fruta de temporada y pan  
Napolitan macaroni  
French omelette with sautéed peas  
Seasonal Fruit and bread

VE:2.868/686 GT:12 GS:1 HC:110 AZ:23 PROT:33 SAL:1

Crema de calabacín con picatostes  
Filete de merluza con jardinera  
Yogur con cereales y pan  
Zucchini cream with croutons  
Hake steak with mixed vegetables  
Cereals with yoghurt and bread

VE:2.897/693 GT:20 GS:3 HC:87 AZ:22 PROT:36 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

Arroz con salsa de tomate  
Salchichas veganas con judías verdes salteadas  
Fruta de temporada y pan  
Rice with tomato sauce  
Vegan sausages with sautéed green beans  
Seasonal Fruit and bread

VE:3.306/791 GT:18 GS:2 HC:132 AZ:24 PROT:45 SAL:4

Puré de verduras  
Filete de merluza a la andaluza con tomate aliñado  
Fruta o lácteo y pan  
Vegetables purée  
Andalusian-style hake fillet with tomatoes with dressing  
Fruit or dairy dessert and bread

VE:2.228/533 GT:10 GS:1 HC:80 AZ:22 PROT:31 SAL:1

Sopa minestrone  
Albóndigas veganas a la jardinera  
Fruta de temporada y pan  
Minestrone soup  
Vegan meatballs with vegetables  
Seasonal Fruit and bread

VE:3.031/725 GT:24 GS:9 HC:97 AZ:30 PROT:38 SAL:1

Coditos con boloñesa de atún  
Buñuelos de bacalao con verduritas  
Profiteroles y pan  
Elbow macaroni with tuna bolognese  
Cod fritters with vegetables  
Cream puffs and bread

VE:4.401/1.053 GT:45 GS:5 HC:131 AZ:11 PROT:34 SAL:4

Todos los días ensalada variada.  
Disponibles pan blanco e integral.