

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

Arroz a banda  
Lomo a la plancha con menestra de  
verduras salteadas  
Fruta de temporada y pan  
"A banda" rice  
Grilled tenderloin with vegetable stew  
Seasonal Fruit and bread

VE:3.110/744 GT:14 GS:4 HC:108 AZ:18 PROT:44 SAL:1

Alubias estofadas con chorizo  
Hamburguesa completa con verduritas  
Fruta o lácteo y pan  
Braised beans with sausage  
Hamburger with vegetables  
Fruit or dairy dessert and bread

VE:4.031/964 GT:30 GS:11 HC:137 AZ:26 PROT:49 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  
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

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

VE:3.367/805 GT:18 GS:4 HC:121 AZ:21 PROT:42 SAL:1

Garbanzos estofados  
Pizza de jamón y queso con brócoli  
aliñado  
Fruta de temporada y pan  
Stewed chickpeas  
Ham & cheese pizza with dressed broccoli  
Seasonal Fruit and bread

VE:3.654/874 GT:16 GS:6 HC:154 AZ:21 PROT:33 SAL:2

Sopa de ave con fideos  
Estofado de pollo con verduritas  
Fruta o lácteo y pan  
Chicken soup with noodles  
Chicken stew with vegetables  
Fruit or dairy dessert and bread

VE:2.498/598 GT:7 GS:2 HC:93 AZ:23 PROT:42 SAL:2

Macarrones a la boloñesa  
Pechuga de pollo a la plancha con  
guisantes salteados  
Fruta de temporada y pan  
Macaroni bolognese  
Chicken breast with sautéed peas  
Seasonal Fruit and bread

VE:2.867/686 GT:7 GS:0 HC:111 AZ:23 PROT:45 SAL:1

Crema de calabacín con picatostes  
Albóndigas con jardinera  
Yogur con cereales y pan  
Zucchini cream with croutons  
Meatballs with mixed vegetables  
Cereals with yoghurt and bread

VE:3.641/871 GT:37 GS:11 HC:95 AZ:23 PROT:36 SAL:1

Lentejas estofadas con verduras  
Abadejo a la plancha con menestra de  
verduras salteadas  
Fruta de temporada y pan  
Stewed lentils  
Grilled haddock with vegetable stew  
Seasonal Fruit and bread

VE:2.622/627 GT:9 GS:1 HC:107 AZ:20 PROT:42 SAL:2

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

VE:3.160/756 GT:16 GS:4 HC:131 AZ:22 PROT:26 SAL:2

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 de ave  
Contramuslo de pollo a las finas hierbas  
con patatas  
Fruta de temporada y pan  
Chicken soup  
Chicken with fine herbs with potatoes  
Seasonal Fruit and bread

VE:2.853/683 GT:19 GS:3 HC:81 AZ:21 PROT:47 SAL:1

Coditos con boloñesa de atún  
Magro de cerdo al tomillo con verduritas  
Profiteroles y pan  
Elbow macaroni with tuna bolognese  
Lean pork with thyme with vegetables  
Cream puffs and bread

VE:3.707/887 GT:23 GS:3 HC:112 AZ:10 PROT:59 SAL:4

Cazuela de arroz caldoso con verduras  
con tiras de pollo  
Hamburguesa con ketchup con calabacín  
salteado  
Fruta de temporada y pan  
Caldoso rice with vegetables with chicken  
strips  
Hamburger with ketchup with sautéed  
zucchini  
Seasonal Fruit and bread

VE:2.960/708 GT:15 GS:4 HC:116 AZ:23 PROT:40 SAL:2

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

VE:3.923/938 GT:38 GS:6 HC:104 AZ:22 PROT:40 SAL:2

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