

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

VE:2.876/688 GT:11 GS:2 HC:108 AZ:18 PROT:36 SAL:1

Alubias estofadas con chorizo  
Hamburguesa de pollo con verduritas  
Fruta de temporada y pan  
Braised beans with sausage  
Chicken burger with vegetables  
Seasonal Fruit and bread

VE:3.312/792 GT:27 GS:3 HC:97 AZ:23 PROT:43 SAL:2

Crema de verduras  
Abadejo a la bilbaína con patatas dado  
Fruta de temporada y pan  
Vegetables cream  
Bilbao-style haddock with diced potatoes  
Seasonal Fruit and bread

VE:3.121/747 GT:39 GS:4 HC:78 AZ:22 PROT:28 SAL:1

Lentejas estofadas con verduras  
Contramuslo de pollo al horno con patatas  
Fruta de temporada y pan  
Stewed lentils  
Baked chicken with potatoes  
Seasonal Fruit and bread

VE:3.312/792 GT:17 GS:2 HC:107 AZ:20 PROT:51 SAL:1

**queso sin lactosa**  
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 de temporada y pan  
Chicken soup with noodles  
Chicken stew with vegetables  
Seasonal Fruit and bread

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

Macarrones con salsa de tomate  
Tortilla francesa con guisantes salteados  
Fruta de temporada y pan  
Macaroni with tomato sauce  
French omelette with sautéed peas  
Seasonal Fruit and bread

VE:2.768/662 GT:12 GS:0 HC:106 AZ:29 PROT:36 SAL:1

Crema de calabacín con picatostes  
Albóndigas con jardinera  
Fruta de temporada y pan  
Zucchini cream with croutons  
Meatballs with mixed vegetables  
Seasonal Fruit and bread

VE:3.423/819 GT:33 GS:9 HC:99 AZ:23 PROT:32 SAL:1

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 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 de temporada y pan  
Vegetables purée  
Andalusian-style hake fillet with tomatoes with dressing  
Seasonal Fruit and bread

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

Sopa de picadillo  
Contramuslo de pollo a las finas hierbas con patatas  
Fruta de temporada y pan  
Soup with ham & egg bits  
Chicken with fine herbs with potatoes  
Seasonal Fruit and bread

VE:2.791/668 GT:19 GS:3 HC:77 AZ:21 PROT:45 SAL:1

Coditos con boloñesa de atún  
Magro de cerdo al tomillo con verduritas  
Fruta de temporada y pan  
Elbow macaroni with tuna bolognese  
Lean pork with thyme with vegetables  
Seasonal Fruit and bread

VE:3.565/853 GT:16 GS:3 HC:121 AZ:24 PROT:58 SAL:4

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

VE:3.265/781 GT:21 GS:0 HC:111 AZ:21 PROT:40 SAL:1

Garbanzos con espinacas con huevo duro  
Lomo a la plancha con patatas dado  
Fruta de temporada y pan  
Stew with spinach with hard-boiled egg  
Grilled tenderloin with diced potatoes  
Seasonal Fruit and bread

VE:4.387/1.050 GT:47 GS:9 HC:103 AZ:22 PROT:49 SAL:2

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