

MES: Mayo 2024

NEWTON COLLEGE

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Buffet de ensalada diario. Todos los días disponible pan blanco e integral

1

FESTIVO

2

Paella marinera
Formas de pescado con panaché de verduras
Fruta de temporada y pan
Seafaring paella
Fish delights with boiled vegetables
Seasonal Fruit and bread

VE:3.342/799 GT:14 GS:2 HC:126 AZ:23 PROT:25 SAL:2

3

Hervido valenciano
Huevos revueltos con tomate con verduritas
Yogur con cereales y pan
Valencia style boiled vegetables
Screambled eggs with tomatoe with vegetables
Cereals with yoghurt and bread

VE:2.477/593 GT:25 GS:6 HC:65 AZ:25 PROT:24 SAL:3

6

Lentejas estofadas con verduras
Tortilla de patatas con jardinera
Fruta de temporada y pan
Stewed lentils
Spanish omelette with mixed vegetables
Seasonal Fruit and bread

VE:3.675/879 GT:23 GS:3 HC:136 AZ:21 PROT:37 SAL:1

7

Crema de zanahoria y calabaza
Rollito de primavera con cebolla y patatas al horno
Fruta de temporada y pan
Cream of carrot & butternut squash
Spring roll with roasted onion & potatoes
Seasonal Fruit and bread

VE:2.546/609 GT:21 GS:2 HC:93 AZ:44 PROT:13 SAL:1

8

Hummus
Limanda al horno con tomate al horno
Fruta o lácteo y pan
Humus
Baked dab with baked tomato
Fruit or dairy dessert and bread

VE:3.869/926 GT:24 GS:4 HC:132 AZ:21 PROT:47 SAL:1

9

Paella de verduras (eco.)
Croquetas de espinacas con pisto
Fruta de temporada y pan
Vegetable paella (eco.)
Spinach croquettes with ratatouille
Seasonal Fruit and bread

VE:3.751/897 GT:39 GS:3 HC:116 AZ:41 PROT:17 SAL:2

10

Gazpacho
Filete de merluza andaluza con mayonesa con verduritas
Helado y pan
Gazpacho
Andalusian style hake with mayonnaise with vegetables
Ice cream and bread

VE:3.726/891 GT:22 GS:8 HC:119 AZ:37 PROT:53 SAL:4

13

Arroz a la napolitana
Falafel de garbanzos con judías verdes salteadas
Fruta de temporada y pan
Napolitan rice
Chickpeas falafel with sautéed green beans
Seasonal Fruit and bread

VE:3.850/921 GT:13 GS:1 HC:176 AZ:30 PROT:31 SAL:1

14

Alubias estofadas a la riojana
Abadejo a la bilbaína con patatas
Fruta de temporada y pan
Rioja style cooked beans
Bilbao-style haddock with potatoes
Seasonal Fruit and bread

VE:3.345/800 GT:29 GS:5 HC:99 AZ:22 PROT:46 SAL:1

15

Fideuá
Pastel de salmón
Fruta o lácteo y pan
Fideua (fine paella)
Salmon cake
Fruit or dairy dessert and bread

VE:3.423/819 GT:28 GS:3 HC:106 AZ:37 PROT:33 SAL:1

16

Crema de calabacín con picatostes
Filete de lenguadina al horno con patatas panaderas
Fruta de temporada y pan
Zucchini cream with croutons
Baked sole fillet with roasted potatoes
Seasonal Fruit and bread

VE:2.796/669 GT:22 GS:3 HC:87 AZ:22 PROT:31 SAL:1

17

Pasta con verduras
Rollito de primavera con jardinera
Natillas y pan
Pasta with vegetables
Spring roll with mixed vegetables
Custard and bread

VE:3.574/855 GT:24 GS:3 HC:137 AZ:43 PROT:24 SAL:2

20

Brócoli gratinado
Limanda al horno con pisto
Fruta de temporada y pan
Broccoli au gratin
Baked dab with ratatouille
Seasonal Fruit and bread

VE:2.826/676 GT:20 GS:3 HC:88 AZ:23 PROT:41 SAL:1

21

Lentejas estofadas con arroz
Tortilla de patatas con verduritas
Fruta de temporada y pan
Lentil soup with rice
Spanish omelette with vegetables
Seasonal Fruit and bread

VE:3.167/758 GT:16 GS:3 HC:120 AZ:21 PROT:34 SAL:2

22

Sopa minestrone
Guiso de pescado con patatas panaderas
Fruta o lácteo y pan
Minestrone soup
Fish stew with roasted potatoes
Fruit or dairy dessert and bread

VE:2.274/544 GT:5 GS:0 HC:88 AZ:22 PROT:37 SAL:3

23

Macarrones (integrales) con salsa de tomate
Filete de merluza a la griega con verduritas
Fruta de temporada y pan
Macaroni (whole grain) with tomato sauce
Hake fillet greek style with vegetables
Seasonal Fruit and bread

VE:2.897/693 GT:15 GS:1 HC:104 AZ:22 PROT:34 SAL:2

24

Crema de legumbres (eco.)
Fajitas de verduras con patatas dado
Helado y pan
Cream of legumes (eco.)
Vegetables Fajitas with diced potatoes
Ice cream and bread

VE:5.530/1.323 GT:70 GS:29 HC:149 AZ:28 PROT:27 SAL:2

27

Ensalada campera
Filete de merluza al horno con vinagreta de citricos con guisantes salteados
Fruta de temporada y pan
Rural Salad
Baked hake fillet with citrus vinaigrette with sautéed peas
Seasonal Fruit and bread

VE:2.261/541 GT:9 GS:1 HC:81 AZ:22 PROT:34 SAL:2

28

Olleta de legumbres
Tortilla de patata y calabacín con menestra de verduras salteadas
Fruta de temporada y pan
Legume stew
Spanish omelette with courgette with vegetable stew
Seasonal Fruit and bread

VE:2.783/666 GT:12 GS:2 HC:115 AZ:20 PROT:21 SAL:2

29

Paella de verduras
Huevos duros con tomate y atún con brócoli salteado
Fruta o lácteo y pan
Vegetable paella
Hard boiled eggs with tomato and tuna with sautéed broccoli
Fruit or dairy dessert and bread

VE:3.178/760 GT:17 GS:3 HC:112 AZ:21 PROT:37 SAL:2

30

Crema de zanahoria con queso o Patatas estofadas con calamares
Filete de merluza a la andaluza con verduritas o Filete de merluza a la andaluza
Fruta de temporada y pan
Carrot cream with cheese or Potatoes with squid
Andalusian-style hake fillet with vegetables or Andalusian-style hake fillet
Seasonal Fruit and bread

31

OPEN DAY