

MES: Mayo 2024

NEWTON COLLEGE

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Buffet de ensalada diario. Todos los días disponible pan sin gluten

1

FESTIVO

2

Paella marinera
Wok de verduras
Fruta de temporada y pan (sin gluten)
Seafaring paella
Vegetable wok
Seasonal Fruit and bread (gluten free)

VE:2.974/711 GT:12 GS:3 HC:107 AZ:24 PROT:24 SAL:2

3

Hervido valenciano
Huevos revueltos con tomate con verduritas
Postre lácteo y pan (sin gluten)
Valencia style boiled vegetables
Screambled eggs with tomatoe with vegetables
Dairy dessert and bread (gluten free)

VE:2.623/627 GT:31 GS:8 HC:70 AZ:28 PROT:22 SAL:3

6

Cazuela mediterránea (patata, pota, cebolla, zanahoria, pimienta y guisante)
Tortilla de patatas con jardinera
Fruta de temporada y pan (sin gluten)
Mediterranean casserole (potato, squid, onion, carrot, pepper and pea)
Spanish omelette with mixed vegetables
Seasonal Fruit and bread (gluten free)

VE:3.118/746 GT:26 GS:5 HC:104 AZ:20 PROT:29 SAL:3

7

Crema de zanahoria y calabaza
Pollo asado con tomillo con cebolla y patatas al horno
Fruta de temporada y pan (sin gluten)
Cream of carrot & butternut squash
Roast chicken with thyme with roasted onion & potatoes
Seasonal Fruit and bread (gluten free)

VE:2.588/619 GT:22 GS:5 HC:69 AZ:23 PROT:39 SAL:2

8

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

VE:3.936/942 GT:29 GS:6 HC:130 AZ:21 PROT:45 SAL:1

9

Paella de verduras (eco.)
Pechuga de pollo a la plancha con pisto
Fruta de temporada y pan integral
Vegetable paella (eco.)
Chicken breast with ratatouille
Seasonal Fruit and wholemeal bread

VE:2.944/704 GT:22 GS:1 HC:91 AZ:34 PROT:38 SAL:1

10

Gazpacho
Magro con tomate con verduritas
Helado y pan integral
Gazpacho
Pork steak with tomatoes with vegetables
Ice cream and wholemeal bread

VE:3.622/866 GT:21 GS:8 HC:115 AZ:37 PROT:59 SAL:4

13

Arroz a la napolitana
Salchichas con judías verdes salteadas
Fruta de temporada y pan (sin gluten)
Napolitan rice
Hotdogs with sautéed green beans
Seasonal Fruit and bread (gluten free)

VE:3.227/772 GT:21 GS:6 HC:129 AZ:21 PROT:24 SAL:3

14

Alubias estofadas a la riojana
Lomo con salsa de queso con patatas
Fruta de temporada y pan (sin gluten)
Rioja style cooked beans
Tenderloin with cheese with potatoes
Seasonal Fruit and bread (gluten free)

VE:3.504/838 GT:32 GS:9 HC:97 AZ:21 PROT:45 SAL:2

15

Fideuá (sin gluten)
Hamburguesa a la plancha con pisto
Fruta o lácteo y pan (sin gluten)
Fideua (gluten free)
Grilled hamburger with ratatouille
Fruit or dairy dessert and bread (gluten free)

VE:3.216/769 GT:36 GS:7 HC:95 AZ:33 PROT:28 SAL:2

16

Crema de calabacín
Jamoncitos de pollo al horno con patatas panaderas
Fruta de temporada y pan (sin gluten)
Zucchini cream
Baked chicken drumsticks with roasted potatoes
Seasonal Fruit and bread (gluten free)

VE:2.629/629 GT:21 GS:5 HC:72 AZ:21 PROT:39 SAL:1

17

Espinacas con pasas
Revuelto de jamón york con jardinera
Natillas y pan (sin gluten)
Spinach with raisins
Scrambled eggs with ham with mixed vegetables
Custard and bread (gluten free)

VE:3.487/834 GT:39 GS:9 HC:93 AZ:23 PROT:36 SAL:2

20

Paella de pollo
Limanda al horno con pisto
Fruta de temporada y pan (sin gluten)
Chicken paella
Baked dab with ratatouille
Seasonal Fruit and bread (gluten free)

VE:3.850/921 GT:25 GS:5 HC:125 AZ:18 PROT:54 SAL:1

21

Crema de verduras
Tortilla de patatas con verduritas
Fruta de temporada y pan (sin gluten)
Vegetables cream
Spanish omelette with vegetables
Seasonal Fruit and bread (gluten free)

VE:2.748/658 GT:28 GS:6 HC:83 AZ:23 PROT:21 SAL:2

22

Sopa minestrone (sin gluten)
Contramuslo de pollo al horno con patatas panaderas
Fruta o lácteo y pan (sin gluten)
Minestrone soup (gluten free)
Baked chicken with roasted potatoes
Fruit or dairy dessert and bread (gluten free)

VE:2.408/576 GT:12 GS:3 HC:76 AZ:18 PROT:38 SAL:1

23

Gazpacho
Filete de merluza a la plancha con ajo y perejil con verduritas
Fruta de temporada y pan (sin gluten)
Gazpacho
Grilled hake fillet with garlic and parsley with vegetables
Seasonal Fruit and bread (gluten free)

VE:2.920/698 GT:12 GS:2 HC:105 AZ:29 PROT:47 SAL:4

24

Coliflor salteada
Albóndigas con tomate con patatas dado
Helado y pan (sin gluten)
Sautéed cauliflower
Meatballs with tomato sauce with diced potatoes
Ice cream and bread (gluten free)

VE:3.958/947 GT:59 GS:20 HC:78 AZ:27 PROT:30 SAL:1

27

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

VE:2.328/557 GT:14 GS:3 HC:79 AZ:21 PROT:32 SAL:2

28

Hummus
Tortilla de patata y calabacín con menestra de verduras salteadas
Fruta de temporada y pan (sin gluten)
Humus
Spanish omelette with courgette with vegetable stew
Seasonal Fruit and bread (gluten free)

VE:3.781/905 GT:30 GS:6 HC:133 AZ:20 PROT:25 SAL:2

29

Paella de verduras
Hamburguesa a la plancha con brócoli salteado
Fruta o lácteo y pan (sin gluten)
Vegetable paella
Grilled hamburger with sautéed broccoli
Fruit or dairy dessert and bread (gluten free)

VE:3.052/730 GT:22 GS:6 HC:110 AZ:20 PROT:36 SAL:2

30

Crema de zanahoria con queso
Magro en salsa con verduritas
Fruta de temporada y pan (sin gluten)
Carrot cream with cheese
Lean pork in sauce with vegetables
Seasonal Fruit and bread (gluten free)

VE:2.495/597 GT:19 GS:4 HC:81 AZ:25 PROT:34 SAL:2

31

OPEN DAY