

MES: Junio 2024

NEWTON COLLEGE

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Todos los días buffet de ensalada
Disponible pan blanco e integral

3

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

VE:3.104/742 GT:15 GS:2 HC:111 AZ:28 PROT:43 SAL:3

4

Arroz a la napolitana
Abadejo a la bilbaína con patatas fritas
Fruta de temporada y pan
Napolitan rice
Bilbao-style haddock with french fries
Seasonal Fruit and bread

VE:3.917/937 GT:37 GS:4 HC:126 AZ:19 PROT:32 SAL:1

5

Alubias estofadas con verduras
Asado de pescado con verduritas
Fruta o lácteo y pan
Braised beans with vegetables
Baked fish with vegetables
Fruit or dairy dessert and bread

VE:2.895/693 GT:6 GS:0 HC:117 AZ:24 PROT:45 SAL:3

6

Salteado de brócoli con patatas
Tortilla francesa de jamón york con zanahorias salteadas
Fruta de temporada y pan
Sautéed broccoli with potatoes
Ham omelette with sautéed carrots
Seasonal Fruit and bread

VE:2.112/505 GT:15 GS:4 HC:69 AZ:24 PROT:26 SAL:1

7

Lentejas estofadas con verduras
Contramuslo de pollo al horno con patatas
Fruta o lácteo y pan
Stewed lentils
Baked chicken with potatoes
Fruit or dairy dessert and bread

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

10

Puré de calabacín
Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos con jardinera
Fruta de temporada y pan
Courgette purée
Baked hake fillet with citrus vinaigrette with mixed vegetables
Seasonal Fruit and bread

VE:2.642/632 GT:17 GS:1 HC:89 AZ:21 PROT:32 SAL:2

11

Garbanzos estofados
Lomo al ajillo con brócoli aliñado
Fruta de temporada y pan
Stewed chickpeas
Tenderloin with garlic with dressed broccoli
Seasonal Fruit and bread

VE:2.889/691 GT:13 GS:3 HC:111 AZ:20 PROT:37 SAL:2

12

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

13

Paella
Filete de lenguadina en salsa verde con zanahorias salteadas
Fruta de temporada y pan
Paella
Sole in green sauce with sautéed carrots
Seasonal Fruit and bread

VE:3.868/925 GT:25 GS:5 HC:126 AZ:22 PROT:51 SAL:2

14

Gratén de coliflor con bechamel
Tortilla francesa con guisantes salteados
Fruta o lácteo y pan
Cauliflower cheese with bechamel sauce
French omelette with sautéed peas
Fruit or dairy dessert and bread

VE:3.193/764 GT:20 GS:5 HC:106 AZ:25 PROT:41 SAL:2

17

Lentejas a la riojana
Tortilla de patatas con menestra de verduras salteadas
Fruta de temporada y pan
Rioja style lentils
Spanish omelette with vegetable stew
Seasonal Fruit and bread

VE:3.126/748 GT:21 GS:5 HC:105 AZ:20 PROT:36 SAL:1

18

Crema de verduras
Abadejo en salsa con judías verdes salteadas
Fruta de temporada y pan
Vegetables cream
Haddock in sauce with sautéed green beans
Seasonal Fruit and bread

VE:2.669/639 GT:19 GS:2 HC:89 AZ:25 PROT:37 SAL:2

19

Fideuá
Filete de merluza a la andaluza con tomate aliñado
Fruta o lácteo y pan
Fideua (fine paella)
Andalusian-style hake fillet with tomatoes with dressing
Fruit or dairy dessert and bread

VE:3.163/757 GT:21 GS:1 HC:104 AZ:35 PROT:35 SAL:1

20

Salmorejo con huevo duro
Contramuslo de pollo a las finas hierbas con patatas
Fruta de temporada y pan
Salmorejo (tomato-based soup) with hard-boiled egg
Chicken with fine herbs with potatoes
Seasonal Fruit and bread

VE:3.871/926 GT:44 GS:14 HC:81 AZ:24 PROT:51 SAL:3

21

Empedrado de legumbres
Filete de merluza a la plancha con ajo y perejil con verduritas
Fruta o lácteo y pan
Bean salad
Grilled hake fillet with garlic and parsley with vegetables
Fruit or dairy dessert and bread

VE:3.714/889 GT:30 GS:2 HC:96 AZ:29 PROT:60 SAL:3

24

25

26

27

28