

MES: Septiembre 2024

NEWTON COLLEGE

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2

3

4

5

6

9

10

11

12

13

**Buffet de ensalada**

Arroz a la napolitana  
Albóndigas con jardinera  
Fruta de temporada y pan  
Napolitan rice  
Meatballs with mixed vegetables  
Seasonal Fruit and bread

VE:3.833/917 GT:27 GS:8 HC:134 AZ:19 PROT:36 SAL:1

**Buffet de ensalada**

Lentejas a la campesina  
Hamburguesa de pollo con menestra de  
verduras salteadas  
Fruta de temporada y **pan integral**  
Vegetables lentils  
Chicken burger with vegetable stew  
Seasonal Fruit and **wholemeal bread**

VE:2.959/708 GT:20 GS:0 HC:105 AZ:17 PROT:29 SAL:1

**Pizza queso sin lactosa**

Crema de calabacín  
Pizza de jamón y queso con judías verdes  
salteadas con cebolla  
Fruta de temporada y pan  
Zucchini cream  
Ham & cheese pizza with sautéed green  
beans with onion  
Seasonal Fruit and bread

VE:3.240/775 GT:19 GS:7 HC:125 AZ:26 PROT:27 SAL:2

**Buffet de ensalada**

Fideuá  
Lomo asado en salsa con verduritas  
Fruta de temporada y **pan integral**  
Fideua (fine paella)  
Roasted tenderloin in gravy with  
vegetables  
Seasonal Fruit and **wholemeal bread**

VE:3.159/756 GT:25 GS:3 HC:97 AZ:35 PROT:36 SAL:3

**Buffet de ensalada**

Judías verdes con guisantes y zanahorias  
Contramuslo de pollo a las finas hierbas  
con patatas  
Fruta de temporada y pan  
Green beans with peas and carrots  
Chicken with fine herbs with potatoes  
Seasonal Fruit and bread

VE:2.817/674 GT:20 GS:3 HC:78 AZ:22 PROT:45 SAL:1

16

**Buffet de ensalada**

Paella de carne  
Fajitas de pollo con guisantes salteados  
Fruta de temporada y pan  
Meat paella  
Chicken fajitas with sautéed peas  
Seasonal Fruit and bread

VE:3.692/883 GT:17 GS:19 HC:146 AZ:25 PROT:39 SAL:1

17

**Buffet de ensalada**

Alubias estofadas con chorizo  
Tortilla francesa de pavo con jardinera  
Fruta de temporada y **pan integral**  
Braised beans with sausage  
Turkey omelette with mixed vegetables  
Seasonal Fruit and **wholemeal bread**

VE:3.353/802 GT:24 GS:5 HC:111 AZ:21 PROT:43 SAL:2

18

**Buffet de ensalada**

Macarrones con salsa de zanahoria  
Filete de merluza al horno con vinagreta  
de cítricos con brócoli aliñado  
Fruta de temporada y pan  
Macaroni with carrot sauce  
Baked hake fillet with citrus vinaigrette with  
dressed broccoli  
Seasonal Fruit and bread

VE:2.926/700 GT:15 GS:1 HC:108 AZ:21 PROT:38 SAL:2

19

**Buffet de ensalada**

**Puré de verduras (eco.)**  
Salchichas frescas al horno con pisto  
Fruta de temporada y **pan integral**  
**Vegetables purée**  
Baked fresh sausage with ratatouille  
Seasonal Fruit and **wholemeal bread**

VE:2.893/692 GT:33 GS:7 HC:76 AZ:22 PROT:28 SAL:3

20

**Buffet de ensalada**

Sopa minestrone con lluvia  
Pollo a la naranja con cous cous  
Fruta de temporada y pan  
Minestrone soup with pasta  
Orange chicken with cous cous  
Seasonal Fruit and bread

VE:2.650/634 GT:7 GS:2 HC:98 AZ:24 PROT:44 SAL:1

23

**Buffet de ensalada**

Macarrones a la napolitana  
Ventresca de merluza a la andaluza con  
calabacín al vapor  
Fruta de temporada y pan  
Napolitan macaroni  
Andalusian style hake with steamed  
zucchini squash  
Seasonal Fruit and bread

VE:3.069/734 GT:17 GS:3 HC:107 AZ:22 PROT:37 SAL:1

24

**Buffet de ensalada**

Olleta de legumbres  
Tortilla de patatas con menestra de  
verduras salteadas  
Fruta de temporada y **pan integral**  
Legume stew  
Spanish omelette with vegetable stew  
Seasonal Fruit and **wholemeal bread**

VE:3.042/728 GT:17 GS:3 HC:116 AZ:20 PROT:31 SAL:1

25

**Buffet de ensalada**

Arroz con pollo y cúrcuma  
Hamburguesa de pollo con panaché de  
verduras  
Fruta de temporada y pan  
Rice with chicken & turmeric  
Chicken burger with boiled vegetables  
Seasonal Fruit and bread

VE:3.142/752 GT:20 GS:0 HC:108 AZ:19 PROT:37 SAL:1

26

**Buffet de ensalada**

Crema de zanahoria  
Magro en salsa con patatas gajo  
Fruta de temporada y **pan integral**  
Carrot cream  
Lean pork in sauce with potato wedges  
Seasonal Fruit and **wholemeal bread**

VE:3.578/856 GT:42 GS:6 HC:91 AZ:24 PROT:37 SAL:1

27

**Cocido sin ternera**

Sopa de cocido  
Cocido completo  
Fruta de temporada y pan  
"Cocido" soup  
Full course "cocido" stew  
Seasonal Fruit and bread

VE:3.018/722 GT:22 GS:7 HC:97 AZ:24 PROT:36 SAL:1

30

**Buffet de ensalada**

Arroz a banda  
Huevos revueltos  
Fruta de temporada y pan  
"A banda" rice  
Scrambled eggs  
Seasonal Fruit and bread

VE:2.587/619 GT:6 GS:1 HC:103 AZ:19 PROT:36 SAL:1

Todos los días disponible pan blanco e  
integral.