

	Miercoles/Wednesday DIA 1	Jueves/Thursday DIA 2	Viernes/Friday DIA 3
Primer Plato/ First		ARROZ CON SALSA DE TOMATE CASERA RICE WITH HOMEMADE TOMATO SAUCE	GARBANZOS GUISADOS CHICKPEAS STEWED
Opción 2		PARRILLADA DE VERDURAS GRILLED VEGETABLES	CREMA DE VERDURAS VEGETAL SOUP
Segundo Plato/ Second	HOLIDAY	CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO BAKED CHICKEN	HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA (12) GRILLED BEEF BURGER (12)
Opción 2		ATÚN A LA PLANCHA (1, 4, 6) GRILLED TUNA (1, 4, 6)	PIZZA CASERA (1, 4, 7) HOMEMADE PIZZA (1, 4, 7)
Guarnición Side dishes		CALABACÍN A LA PLANCHA GRILLED COURGETTE	PISTO DE VERDURAS VEGETABLE RATATOUILLE
Postre/Desserts		FRUTA DEL TIEMPO FRESH FRUIT	TARTA SAN MARCOS (1, 3, 6, 7) SAN MARCOS CAKE (1, 3, 6, 7)



Gluten
Gluten
(1)



Crustáceos
Crustaceans
(2)



Huevo
Eggs
(3)



Pescado
Fish
(4)



Cacahuete
Peanuts
(5)



Soja
Soy
(6)



Leche
Milk
(7)



Frutos secos
Nuts
(8)



Apio
Celery
(9)



Mostaza
Mustard
(10)



Sesámo
Sesame
(11)



Sulfitos
Sulfites
(12)



Altramucos
Lupins
(13)



Moluscos
Molluscs
(14)

	Lunes/Monday DIA 6	Martes/Tuesday DIA 7	Miercoles/Wednesday DIA 8	Jueves/Thursday DIA 9	Viernes/Friday DIA 10
Primer Plato/ First	ENSALADA DE LENTEJAS (atún, olivas negras, zanahoria y tomate) (1, 4) LENTIL SALAD (tuna, black olives, carrot and tomato) (1, 4)	MACARRONES EN SALSA PARMESANA (1, 3, 7) MACCARONI IN PARMESAN SAUCE (1, 3, 7)	CREMA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y patata) VEGETABLES CREAM (zucchini, carrot and potato)	ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZAS RICE WITH VEGETABLES SAUCE	MAC & CHEESE (1, 3, 7) MAC & CHEESE (1, 3, 7)
Opción 2	JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA HERVIDAS BOILED GREEN BEANS AND CARROT	GAZPACHO CON PICATOSTES (1, 12) GAZPACHO (TOMATO CREAM) WITH CROUTONS (1, 12)	BRÓCOLI SATEADO SAUTEED BROCCOLI	ZANAHORIA GLASEADA (6, 7) GLAZED CARROT (6, 7)	COL SALTEADA SAUTEED CABBAGE
Segundo Plato/ Second	JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO BAKED CHICKEN	TORTILLA DE CALABACÍN (3) ZUCCHINI OMELETTE (3)	PAVO ESTOFADO TURKEY STEW	PESCADO FRESCO (4) FRESH FISH (4)	COSTILLA DE CERDO EN SALSA BARBACOA (1, 12) PORK RIBS WITH BARBACUE SAUCE (1, 12)
Opción 2	MERLUZA A LA VASCA CON HUEVO RALLADO (1, 3, 4, 9) BASQUE STYLE HAKE WITH BOILED EGG (1, 3, 4, 9)	LOMO A LAS FINAS HIERBAS GRILLED PORK LOIN WITH FINE HERBS	FINGERS DE MOZZARELLA (1, 2, 3, 4, 6, 7, 10, 14) MOZZARELLA FINGERS (1, 2, 3, 4, 6, 7, 10, 14)	SALCHICHAS DE CERDO A LA PLANCHA (12) GRILLED PORK SAUSAGES (12)	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA GRILLED CHICKEN
Guarnición Side dishes	CALABACÍN A LA PLANCHA GRILLED COURGETTE	PEPINO ALIÑADO SEASONED CUCUMBER	ARROZ SALTEADO SAUTEED RICE	PATATA AL HORNO BAKED POTATOES	ENSALADA DE TEMPORADA FRESH SALAD
Postre/Desserts	FRUTA DEL TIEMPO FRESH FRUIT	FRUTA DEL TIEMPO FRESH FRUIT	YOGUR (7) YOGHURT (7)	FRUTA DEL TIEMPO FRESH FRUIT	HELADO DE VAINILLA Y CHOCOLATE (6, 7) VANILLA AND CHOCOLATE ICE CREAM (6, 7)



	Lunes/Monday DIA 13	Martes/Tuesday DIA 14	Miercoles/Wednesday DIA 15	Jueves/Thursday DIA 16	Viernes/Friday DIA 17
Primer Plato/ First	ENSALADA DE PASTA (tomate, aceitunas verdes, atún, maíz y orégano) (1, 4) PASTA SALAD (tomato, green olives, tuna, sweet corn and oregano) (1, 4)	ARROZ CON SALSA DE TOMATE CASERA RICE WITH HOMEMADE TOMATO SAUCE	GARBANZOS GUIRADOS CON VERDURAS CHICKPEAS & VEGETABLES STEW	MENESTRA DE VERDURAS AL VAPOR BOILED MIXTED VEGETABLES	CREMA DE VERDURAS VEGETABLES CREAM
Opción 2	GUISANTES SALTEADOS CON JAMÓN SAUTEED PEAS WITH HAM	SOPA FRÍA DE MELÓN (7) MELON SOUP (7)	CUSCÚS CON VERDURAS (1) COUSCOUS WITH VEGETABLES (1)	PASTA A LA CARBONARA (1, 6, 7, 12) CARBONARA SAUCE PASTA (1, 6, 7, 12)	ARROZ SALVAJE SALTADO SAUTEED WILD RICE
Segundo Plato/ Second	TORTILLA DE QUESO (3, 7) CHEESE OMELETTE (3, 7)	BACALAO A LA LLAUNA (1, 2, 4, 14) "A LA LLAUNA" COD (1, 2, 4, 14)	LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (12) GRILLED PORK LOIN IN "CHIMICHURRI" SAUCE (12)	POLLO RUSTIDO A LA NARANJA BAKED ORANGE CHICKEN	FRICANDÓ DE TERNERA BEEF STEW
Opción 2	PASTEL DE CARNE (1, 3, 7, 12) MEATLOAF (1, 3, 7, 12)	CONTRAMUSLO DE POLLO CON SALSA DE LIMÓN BAKED CHICKEN WITH LEMON SAUCE	EMPANADILLAS DE ATÚN AL HORNO (1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 14) BAKED TUNA PATTIES (1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 14)	RAPE AL HORNO (2, 4) BAKED MONKFISH (2, 4)	QUICHE DE JAMÓN Y QUESO (1, 3, 6, 7, 8) HAM AND CHEESE QUICHE (1, 3, 6, 7, 8)
Guarnición Side dishes	TOMATE ALIÑADO SEASONED TOMATO	GUISANTES PEAS	ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y ZANAHORIA FRESH SALAD (lettuce, tomato and carrot)	CHAMPIÑÓN PORTOBELLO SALEADO SAUTEED PORTOBELLO MUSHROOM	ZANAHORIA GLASEADA (7) GLAZED CARROT(7)
Postre/Desserts	FRUTA DEL TIEMPO FRESH FRUIT	FRUTA DEL TIEMPO FRESH FRUIT	YOGUR (7) YOGHURT (7)	FRUTA DEL TIEMPO FRESH FRUIT	MANZANA AL HORNO BAKED APPLE



	Lunes/Monday DIA 20	Martes/Tuesday DIA 21	Miercoles/Wednesday DIA 22	Jueves/Thursday DIA 23	Viernes/Friday DIA 24
Primer Plato/ First	RIGATONE A LA BOLOÑESA (1, 6, 12) RIGATONE PASTA IN BOLOGNESE SAUCE (1, 3, 7)	CREMA DE CALABACÍN ZUCCHINI CREAM	JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR BOILED GREEN BEANS AND POTATOES	LENTEJAS GUIADAS CON HORTALIZAS LENTIL AND VEGETABLE STEW	ESPAGUETIS SALTEADOS CON VERDURAS (1) SAUTEED PASTA WITH VEGETABLES (1)
Opción 2	ENSALADA ALUBIAS (4, 12) BEAN SALAD (4, 12)	ARROZ CON FRIJOLES RICE WITH BLACK BEANS	CANELONES DE CARNE GRATINADOS CON BECHAMEL (1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 14) MEAT CANNELONI WITH BECHAMEL (1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 14)	TABULÉ CON MENTA, LIMÓN Y VEGETALES (1, 9, 10, 12) VEGETAL TABBOULEH WITH MINT AND LEMON (1, 9, 10, 12)	JUDÍA VERDE SALTEADA SAUTEED GREEN BEANS
Segundo Plato/ Second	CROQUETAS DE COCIDO (1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 14) MEAT CROQUETTES (1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 14)	DADOS DE LOMO ESTOFADOS (1, 9, 12) PORK LOIN STEW (1, 9, 12)	PAVO MARINADO AL HORNO (1, 6, 10, 12) BAKED MARINATED TURKEY (1, 6, 10, 12)	PESCADO FRESCO (4) FRESH FISH (4)	POLLO TERIYAKI (1, 6) TERIYAKI CHICKEN (1, 6)
Opción 2	SALMÓN A LA PLANCHA (4) GRILLED SALMON (4)	MERLUZA A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL (4) GRILLED HAKE WITH GARLIC AND PARSLEY (4)	REVUELTO DE HUEVO CON JAMÓN COCIDO (3, 6, 7) EGGS WITH HAM (3, 6, 7)	PIZZA CASERA (1, 4, 7) HOMEMADE PIZZA (1, 4, 7)	CABEZA DE LOMO REBOZADA (1, 3) PORK IN BREADCRUMBS (1, 3)
Guarnición Side dishes	ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ LETTUCE, CARROT AND SWEET CORN	DADOS DE PATATAS SALTEADAS SAUTEED POTATOES	CHAMPIÑONES MUSHROOMS	TOMATE ALIÑADO SEASONED TOMATO	ENSALADA ORIENTAL (6) ORIENTAL SALAD (6)
Postre/Desserts	FRUTA DEL TIEMPO FRESH FRUIT	MELOCOTÓN EL ALMÍBAR PEACH IN SYRUP	FRUTA DEL TIEMPO FRESH FRUIT	FRUTA DEL TIEMPO FRESH FRUIT	FLAN (3, 7) CARMEL CUSTARD (3, 7)



Gluten
Gluten
(1)



Crustáceos
Crustaceans
(2)



Huevo
Eggs
(3)



Pescado
Fish
(4)



Cacahuete
Peanuts
(5)



Soja
Soy
(6)



Leche
Milk
(7)



Frutos secos
Nuts
(8)



Apio
Celery
(9)



Mostaza
Mustard
(10)



Sesámo
Sesame
(11)



Sulfitos
Sulfites
(12)



Altramucos
Lupins
(13)



Moluscos
Molluscs
(14)

	Lunes/Monday DIA 27	Martes/Tuesday DIA 28	Miercoles/Wednesday DIA 29	Jueves/Thursday DIA 30	Viernes/Friday DIA 31
Primer Plato/ First	ARROZ CON SALSA DE TOMATE CASERA RICE WITH HOMEMADE TOMATO SAUCE	ENSALADILLA RUSA (3, 4) RUSSIAN SALAD (3, 4)	CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES (1) VEGETABLE CREAM WITH CROUTONS (1)	GARBANZOS PATATAS Y ZANAHORIAS ALIÑADOS CON ACEITE DE OLIVA BOILED CHIKPEAS, POTATOES AND CARROTS	MACARRONES A LA CARBONARA (1, 6, 7, 12) CARBONARA SAUCE PASTA (1, 6, 7, 12)
Opción 2	JUDÍAS VERDES Y ZANAHORIAS HERVIDAS BOILED GREEN BEANS AND CARROTS	FIDEUÁ DE VERDURAS CON ALIOLI (opcional) (1, 3, 9) "FIDEUA" WITH VEGETABLES WITH ALIOLI (optional) (1, 3, 9)	ARROZ A BANDA CON CALAMAR (fumet casero) (2, 4, 9, 14) FISH "PAELLA" (2, 4, 9, 14)	BRÓCOLI Y ZANAHORIA HERVIDO BOILED BROCCOLI AND CARROT	ESPINACAS SALTEADAS SAUTEED SPINACH
Segundo Plato/ Second	TORTILLA DE PIZZA (3, 7) PIZZA OMELETTE (3, 7)	ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA DE TOMATE (6, 12) MIXED MEATBALLS IN TOMATO SAUCE (6, 12)	PAVO EN SALSA DE CHAMPIÑONES TURKEY IN MUSHROOM SAUCE	MERLUZA A LA ANDALUZA (1, 4) "ANDALUSIAN "HAKE (1, 4)	POLLO AL LIMÓN (1) LEMON CHICKEN (1)
Opción 2	CORDON BLEU (1, 3, 6, 7, 11) CORDON BLEU (1, 3, 6, 7, 11)	MERLUZA A LA PLANCHA (4) GRILLED HAKE (4)	HUEVOS GRATINADOS CON BECHAMEL, MOZARELLA Y DADOS DE BEICON (1, 3, 6, 7, 9, 12) EGGS AU GRATIN WITH ZUCCHINI BECHAMEL (1, 3, 6, 7, 9, 12)	BISTEC DE TERNERA A LA PLANCHA GRILLED STEAK	CAZÓN EN SALSA MARINERA (2, 4, 14) FISH IN MARINERA SAUCE (2, 4, 14)
Guarnición/ Side dishes	MAZORCA DE MAÍZ CORN COB	ENSALADA VARIADA FRESH SALAD	PATATAS ASADAS BAKED POTATOES	ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ LETTUCE, CARROT AND SWEET CORN	CHAMPIÑÓN PORTOBELLO SALEADO SAUTEED PORTOBELLO MUSHROOM
Postre/Desserts	FRUTA DEL TIEMPO FRESH FRUIT	FRUTA DEL TIEMPO FRESH FRUIT	YOGUR (7) YOGHURT (7)	FRUTA DEL TIEMPO FRESH FRUIT	HELADO DE VAINILLA Y CHOCOLATE (6, 7) VANILLA AND CHOCOLATE ICE CREAM (6, 7)

