

### ENERO | BRITISH SCHOOL OF BARCELONA-CASTELLDEFELS (EARLY YEARS)



/////LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
2023	3	4	M M M 5	
9	1P FUSSILIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomate casera) (1, 3, 7)  2P CROQUETAS DE COCIDO (1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 14)  GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA  PO FRUTA DEL TIEMPO  10	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR  2P POLLO AL HORNO (cebolla y tomate natural) (12)  GU ZANAHORIA BABY  PO YOGUR (7)	1P ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZAS 2P MERLUZA AL HORNO (4)  GU WOK DE VERDURAS (1,6)  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS  2P CABEZA DE LOMO A LA PLANCHA  GU PATATAS FRITAS  PO FRUTA DEL TIEMPO
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P TORTILLA A LA FRANCESA (3) BERENJENAS A LA PLANCHA CON MIEL GU (1)	1P SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES (1,9)  2P POLLO A L HORNO GU BONIATO AL HORNO	1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) 2P HAMBURGUESAS DE TERNERA A LA PLANCHA (12) GU CUSÚS CON VERDURAS (1)	GARBANZOS ESTOFADOS CON  1P VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate)  2P PESCADO FRESCO DE MERCADO  GU CALABACÍN A LA PLANCHA	1P BRÓCOLI CON PATATAS HERVIDAS 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS (12) GU ZANAHORIA BABY PO FRUTA DEL TIEMPO
PO FRUTA DEL TIEMPO	PO YOGUR (7)	PO FRUTA DEL TIEMPO  18	PO FRUTA DEL TIEMPO	
1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P SALCHICHAS DE CERDO A LA PLANCHA (12) GU PATATA "AL CALIU" PO FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ CINCO DELICIAS (pavo  1P ahumado, maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) (3, 6)  2P PAVO A LA PLANCHA  GU GUISANTES SALTEADOS  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (9)  2P TORTILLA DE PATATAS Y CEBOLLA (3)  GU ENSALADA DE BROTES VERDES CON PEPINO Y ACEITUNAS PO FRUTA DEL TIEMPO	1P MENESTRA DE VERDURAS  2P POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1,3)  GU TOMATE AL HORNO PO YOGUR (7)	1P FIDEUÁ DE VERDURAS CON ALIOLI (opcional) (1, 3, 9, 12)  2P RAPE AL HORNO (cebolla y tomate natural) (4)  GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TPALITOS DE CANDREJO (2, 4, 12)  PO FRUTA DEL TIEMPO
LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ  1P (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate)  TORTILLA DE JAMÓN COCIDO (3, 6, 7, 9, 12)  GU TOMATE ALIÑADO  PO FRUTA DEL TIEMPO 30	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P ALBÓNDIGAS CON SALSA JARDINERA ( 12 ) GU CHAMPIÑONES PO FRUTA DEL TIEMPO	25	26	DA FNS ALAD WIEGRAY













(5) (6) (7)





Gluten Crustáceos Huevo Pescado Cacahuete Soja Leche Fruitos secos Apio Mostaza Sesámo Sulfitos Altramuces Moluscos

(8)



(9) (10)





(11) (12) (13)









### ENERO | BRITISH SCHOOL OF BARCELONA-CASTELLDEFELS



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
2023	3	4	M M M 5	6
o.	1P FUSSILIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomate casera) (1, 3, 7) 2P CROQUETAS DE COCIDO (1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 14) GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO FRUTA DEL TIEMPO  10	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P POLLO AL HORNO (cebolla y tomate natural) (12) GU ZANAHORIA BABY PO YOGUR (7)	1P ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZAS ECO 2P MERLUZA AL HORNO (con cebolla ( 4 )  GU WOK DE VERDURAS ( 1, 6 )  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTÁLIZAS  2P LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (12)  GU PATATAS FRITAS  PO FRUTA DEL TIEMPO
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P TORTILLA A LA FRANCESA (3) BERENJENAS A LA PLANCHA CON MIEL GU (1) PO FRUTA DEL TIEMPO	1P SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES (1,9)  2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1,6,11)  GU BONIATO AL HORNO  PO YOGUR (7)	1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) 2P HAMBURGUESAS DE TERNERA A LA PLANCHA (12) GU CUSCÚS CON VERDURAS (1) PO FRUTA DEL TIEMPO	GARBANZOS ESTOFADOS CON  1P VERDURAS (sofríto de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate)  2P PESCADO FRESCO DE MERCADO GU CALABACÍN A LA PLANCHA	1P BRÓCOLI CON PATATAS HERVIDAS  2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS (12)  GU ZANAHORIA BABY  PO FRUTA DEL TIEMPO
16  1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P SALCHICHAS DE CERDO AL HORNO / 12 )  GU PATATA "AL CALIU"  PO FRUTA DEL TIEMPO  23	ARROZ CINCO DELICIAS (pavo 1P ahumado, maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) (3, 6)  2P GYOZAS (Empanadillas de verduras y pollo) (1, 3, 6, 7, 11, 14)  GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DEL TIEMPO	18  P LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (9)  2P TORTILLA CASERA DE PATATAS Y CEBOLLA (3)  GU ENSALADA DE BROTES VERDES CON PEPINO Y ACEITUNAS PO FRUTA DEL TIEMPO  25	1P ACELGAS CON PATATAS  2P POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3)  GU TOMATE AL HORNO  PO YOGUR (7)	PO FRUTA DEL TIEMPO  1P FIDEUÁ DE VERDURAS CON ALIOLI (opcional) (1, 3, 9, 12)  2P MERLUZA AL HORNO (cebolla y tomate natural) (4)  GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON PALITOS DE CANGREJO (2, 4, 124)  PO FRUTA DEL TIEMPO  27
LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ  1P (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate)  2P TORTILLA DE JAMÓN COCIDO (3, 6, 7, 9, 12)  GU TOMATE ALIÑADO  PO FRUTA DEL TIEMPO  30	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR  2P ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA JARDINERA (12)  GU CHAMPIÑONES  PO FRUTA DEL TIEMPO			PAN















(7)



















## ENERO | BRITISH SCHOOL OF BARCELONA-CASTELLDEFELS (SECUNDARIA)



/////	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
	DIA 9	DIA 10	DIA 11	DIA 12	DIA 13
imer Plato		FUSSILIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomate casera) (1,3,7)	JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR	ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZAS	LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS
Opción 2		GUISANTES HERVIDOS CON PATATAS	SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES (1,9)	CREMA DE CALABAZA (patata, cebolla y puerro)	MENESTRA DE VERDURAS
egundo Plato		CROQUETAS DE COCIDO (1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 14)	POLLO AL HORNO (cebolla y tomate natural) (12)	MERLUZA AL HORNO (4)	PAVO A LA PLANCHA
Opción 2		BACALAO AL HORNO (con cebolla y tomate natural) (4)	TORTILLA CASERA DE CALABACÍN, PATATA Y CEBOLLA (3)	BISTEC DE TERNERA A LA PLANCHA	CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO
arnición		CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA	ZANAHORIA BABY	WOK DE VERDURAS (1,6)	PATATAS FRITAS
stre		FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR (7)	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO



(1)





Gluten Crustáceos Huevo Pescado Cacahuete Soja





(6)

(5)



(7)



(8)



(9) (10)



(11)

Leche Fruitos secos Apio Mostaza Sesámo Sulfitos Altramuces Moluscos











### ENERO | BRITISH SCHOOL OF BARCELONA-CASTELLDEFELS (SECUNDARIA)



///////	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
	DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIÁ 19	DIA 20
Primer Plato	ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)	SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES (1,9)	CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla)	GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate)	BRÓCOLI CON PATATAS HERVIDAS
Opción 2	ESPINACAS A LA CATALANA (5,8)	ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS (sofrito de cebolla,ajos,pimientos y tomate)	RAVIOLIS A LA NAPOLITANA (1,3,6,7)	PAELLA DE VERDURAS (judía verde,champiñones,zanahorias y guisantes)	PATATAS ESTOFADAS CON VERDURAS
Segundo Plato	TORTILLA A LA FRANCESA (3)	POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 6, 11)		PESCADO FRESCO DE MERCADO ( 4)	DADOS DE PAVO ESTOFADOS (12)
Opción 2	MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina) (1,4)	LOMO DE CAÑA A LA PLANCHA	ATÚN A LA PLANCHA CON ALBAHACA SOBRE SALSA DE TOMATE Y BERENJENA (1,4,6)	BURIFARRA A LA PLANCHA ( 12)	POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1,3)
Guarnición	BERENJENAS A LA PLANCHA CON MIEL (1)	BONIATO AL HORNO	CUSCÚS CON VERDUARS (1)	CALABACÍN A LA PLANCHA	ZANAHORIA BABY
Postre	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR (7)	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO











(5)



(6) (7)



Gluten Crustáceos Huevo Pescado Cacahuete Soja Leche Fruitos secos Apio Mostaza Sesámo Sulfitos Altramuces Moluscos

(8)





(9) (10)





(11) (12) (13)









#### ENERO | BRITISH SCHOOL OF BARCELONA-CASTELLDEFELS (SECUNDARIA)



///////	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
	DIA 23	DIA 24	DIA 25	DIA 26	DIA 27
Primer Plato	CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas)	ARROZ CINCO DELICIAS (pavo ahumado, maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) (3,6)	LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (9)	ACELGAS CON PATATAS	FIDEUÁ DE VERDURAS CON ALIOLI (opcional) (1, 3, 9, 12)
Opción 2	MACARRONES A LA NORMA (tomate, berenjena,albahaca i olives negres) (1)	SOPA RAMEN (sopa al estilo japonés con noodles) (1,3,6,9,11)	LACITOS CON SALSA DE PERA, CALABACÍN Y QUESO (1,3,7)	HUMMUS DE GARBANZOS CON DIPS DE VERDURAS	CREMA DE CALABACÍN (con cebolla puerro y patata)
Segundo Plato	SALCHICHAS DE CERDO A LA PLANCHA	GYOZAS (Empanadillas de verduras y pollo) (1, 3, 6, 7, 11, 14)	TORTILLA CASERA DE PATATAS Y CEBOLLA (3)	POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1,3)	RAPE AL HORNO (cebolla y tomate natural) (4)
Opción 2	REVUELTO DE HUEVO CON CHAMPIÑONES (3)	ROLLITO DE PRIMAVERA CON SALSA AGRIDULCE (1, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14)	EMPANADILLAS DE ATÚN (1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 14)	MRELUZA A LA MARINERA (fumet casero) (1, 2, 4, 9, 12)	LOMO A LA PLANCHA CON SALSA RANCHERA (3,7)
Guarnición	PATATA "AL CALIU"	GUISANTES SALTEADOS	ENSALADA DE BROTES VERDES CON PEPINO Y ACEITUNAS	TOMATE AL HORNO	ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y MAIZ
Postre	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR (7)	FRUTA DEL TIEMPO































#### ENERO | BRITISH SCHOOL OF BARCELONA-CASTELLDEFELS (SECUNDARIA)



	Lunes	Martes
	DIA 30	DIA 31
Primer Plato	LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate)	JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR
Opción 2	ARROZ SALTEADO CON VERDURITAS (cebolla, puerro, judía verde, zanahoria y champiñones)	FARFALLE TRICOLOR CON VERDURAS GRATINADAS (1, 3, 7)
Segundo Plato	TORTILLA DE JAMÓN COCIDO (3, 6, 7, 9, 12)	ALBÓNDIGAS CON SALSA DE JARDINERA (12)
Opción 2	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	MERLUZA A LA VASCA CON HUEVO RALLADO (1, 3, 4, 9)
Guarnición	TOMATE ALIÑADO	CHAMPIÑONES
Postre	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO















(6)



(7)



(8)



(9) (10)



(11) (12)











# ENERO | BRITISH SCHOOL OF BARCELONA-CASTELLDEFELS (OVOLACTOVEGETARIANO)



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
2023	3	4	M M M 5	6
9	1P FUSSILIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomate casera) (1) 2P CROQUETAS DE ESPINACAS (1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 14) GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P TORTILLA VEGANA CASERA DE CALABACÍN, PATATA Y CEBOLLA GU ZANAHORIA BABY PO YOGUR (7)	1P ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZASECO  2P SALCHICHAS VEGETALES A LA  PLANCHA ( 1,6 )  GU WOK DE VERDURAS ( 1,6 )  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P VERDURA DE TEMPORADA LENTEJAS ESTOFADAS CON 2P HORTALIZAS  GU PÁTATAS FRITAS PO FRUTA DEL TIEMPO
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)  2P TORTILLA A LA FRANCESA (3)  GU BERENJENAS A LA PLANCHA CON MIEL (1)  PO FRUTA DEL TIEMPO  16	1P SOPA CASERA DE VERDURAS CON PISTONES (1,9)  2P TOFU A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1,6,11)  GU BONIATO AL HORNO  PO YOGUR (7)	1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) 2P HAMBURGUESAS VEGETAL A LA PLANCHA (1,6) GU CUSCÚS CON VERDURAS (1) PO FRUTA DEL TIEMPO  18	PARRILLADA DE VERDURAS  1P  GARBANZOS ESTOFADOS CON  VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate)  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P BRÓCOLI CON PATATAS HERVIDAS 2P SEITAN A LA PLANCHA CON ALBAHACA (1) GU ZANAHORIA BABY PO FRUTA DEL TIEMPO
1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P SALCHICHAS VEGETARIANAS ( 1, 6 )  GU PATATA "AL CALIU"  PO FRUTA DEL TIEMPO  23	ARROZ QUATRO DELICIAS ( maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) ( 3, 6 )  Po GYOZAS DE VERDURAS (Empanadillas de verduras) ( 1, 3, 6, 7, 11, 14, pRN40)  GU GUISANTES SALTEADOS  PO FRUTA DEL TIEMPO  ASIA  24	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (9)  2P TORTILLA CASERA DE PATATAS Y CEBOLLA (3)  GU ENSALADA DE BROTES VERDES CON PEPINO Y ACEITUNAS PO FRUTA DEL TIEMPO  25	1P ACELGAS CON PATATAS FINGERS DE MOZZARELLA (1, 2, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 14) GU TOMATE AL HORNO PO YOGUR (7)	1P FIDEUÁ DE VERDURAS (1, 9, 12) TOFU AL HORNO (cebolla y tomate 2P natural) (6) GU ENSALADA VARIADA PO FRUTA DEL TIEMPO 27
1P LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate) 2P TORTILLAS A LA FRANCESA ( 3 )  GU TOMATE ALIÑADO PO FRUTA DEL TIEMPO  30	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR  2P ALBÓNDIGAS DE GARBANZOS CON SALSA DE TOMATE (1,6) GU CHAMPIÑONES PO FRUTA DEL TIEMPO  31			OH FNS ALAO WIEGRAY



(1)







(4)





(6)



(7)



(8)





(9) (10)



(11)











#### ENERO | BRITISH SCHOOL OF BARCELONA-CASTELLDEFELS (sin carne)



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
2023	3	4	M M M 5	6
	1P FUSSILIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomate casera) (1, 3, 7)  2P CROQUETAS DE BACALAO (1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 14)  GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P TORTILLA CASERA DE CALABACÍN, PATATA Y CEBOLLA (3) GU ZANAHORIA BABY PO YOGUR (7)	1P ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZAS ECO 2P MERLUZA AL HORNO (con cebolla ( 4 )  GU WOK DE VERDURAS ( 1, 6 )  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS 2P FINGERS DE MOZZARELLA (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 12) GU PATATAS FRITAS PO FRUTA DEL TIEMPO
9	10	11	12	///////////////////////////////////////
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)  2P TORTILLA A LA FRANCESA (3)  BERENJENAS A LA PLANCHA CON MIEL  GU (1)  PO FRUTA DEL TIEMPO 16	1P SOPA CASERA DE VERDURAS CON PISTONES (1,9)  2P TOFU A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1,6,11)  GU BONIATO AL HORNO  PO YOGUR (7)	1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla)  2P HAMBURGUESAS VEGETARIANAS A LA PLANCHA (1,6)  GU CUSCÚS CON VERDURAS (1)  PO FRUTA DEL TIEMPO	GARBANZOS ESTOFADOS CON  1P VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate)  2P VERDURA DEL TIEMPO  GU CALABACÍN A LA PLANCHA  PO FRUTA DEL TIEMPO  19	1P BRÓCOLI CON PATATAS HERVIDAS 2P ATÚN A LA PLANCHA CON ALBAHACA (4) GU ZANAHORIA BABY PO FRUTA DEL TIEMPO 20
1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P REVUELTO DE HUEVO CON CHAMPIÑONES ( 3 ) GU PATATA "AL CALIU" PO FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ CUATRO DELICIAS (pavo ahumado, maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) (3)  2P GYOZAS DE VERDURAS (Empanadillas de verduras y) (1, 3, 6, 7, 11, 34, 8, 8, 9, 9)  GU GUISANTES SALTEADOS  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (9)  2P TORTILLA CASERA DE PATATAS Y CEBOLLA (3)  GU ENSALADA DE BROTES VERDES CON PEPINO Y ACEITUNAS PO FRUTA DEL TIEMPO  25	1P ACELGAS CON PATATAS  2P MERLUZA A LA MARINERA (1, 2, 3, 4, 9, 12)  GU TOMATE AL HORNO  PO YOGUR (7)  26	1P FIDEUÁ DE VERDURAS CON ALIOLI (opcional) (1, 3, 9, 12) 2P RAPE AL HORNO (cebolla y tomate natural) (4) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON PALITOS DE CANGREJO (2, 4, 124) PO FRUTA DEL TIEMPO  27
LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ  1P (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate)  2P TORTILLA A LA FRANCESA (3)  GU TOMATE ALIÑADO  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR  2P ALBÓNDIGAS DE GARBANZOS CON SALSA JARDINERA (1,6)  GU CHAMPIÑONES PO FRUTA DEL TIEMPO			PAN PAN PAN INTEGRAL

































## ENERO | BRITISH SCHOOL OF BARCELONA-CASTELLDEFELS (sin cerdo)



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
2023	3	4	M M M 5	6
	1P FUSSILIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomate casera) (1, 3, 7) 2P CROQUETAS DE BACALAO (1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 14) GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P POLLO AL HORNO (cebolla y tomate natural) (12) GU ZANAHORIA BABY PO YOGUR (7)	1P ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZAS ECO 2P MERLUZA AL HORNO (con cebolia ( 4 )  GU WOK DE VERDURAS ( 1, 6 )  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS 2P CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO GU PATATAS FRITAS PO FRUTA DEL TIEMPO
9	10	11	12	13
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P TORTILLA A LA FRANCESA (3) BERENJENAS A LA PLANCHA CON MIEL GU (1) PO FRUTA DEL TIEMPO 16	1P SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES (1, 9)  2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 6, 11)  GU BONIATO AL HORNO  PO YOGUR (7)	1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla)  2P HAMBURGUESAS DE TERNERA A LA PLANCHA (12)  GU CUSCÚS CON VERDURAS (1)  PO FRUTA DEL TIEMPO	GARBANZOS ESTOFADOS CON  1P VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate)  2P PESCADO FRESCO DE MERCADO  GU CALABACÍN A LA PLANCHA  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P BRÓCOLI CON PATATAS HERVIDAS 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS (12) GU ZANAHORIA BABY PO FRUTA DEL TIEMPO 20
1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P SALCHICHAS DE AVE AL HORNO (12) GU PATATA "AL CALIU" PO FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ CINCO DELICIAS (pavo  1P ahumado, maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) (3,6)  2P GYOZAS (Empanadillas de verduras y pollo) (1,3,6,7,11,14)  GU GUISANTES SALTEADOS	P LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (9)  2P TORTILLA CASERA DE PATATAS Y CEBOLLA (3)  GU ENSALADA DE BROTES VERDES CON PEPINO Y ACEITUNAS PO FRUTA DEL TIEMPO  25	1P ACELGAS CON PATATAS  2P POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3)  GU TOMATE AL HORNO  PO YOGUR (7)	1P FIDEUÁ DE VERDURAS CON ALIOLI (opcional) (1, 3, 9, 12)  2P RAPE AL HORNO (cebolla y tomate natural) (4)  GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON PALITOS DE CANGREJO (2, 4, 124)  PO FRUTA DEL TIEMPO  27
LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ  1P (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate)  2P TORTILLA A LA FRANCESA (3)  GU TOMATE ALIÑADO  PO FRUTA DEL TIEMPO  30	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON SALSA JARDINERA (12) GU CHAMPIÑONES PO FRUTA DEL TIEMPO  31			DAN PAN PAN PAN PAN PAN PAN PAN PAN PAN P







































### ENERO | BRITISH SCHOOL OF BARCELONA-CASTELLDEFELS (sin frutos secos)



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
2023	3	4	M M M 5	6
	1P FUSSILIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomate casera) (1, 3, 7)  2P CROQUETAS sin frutos secos (3, 7, 12)  GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P POLLO AL HORNO (cebolla y tomate natural) (12) GU ZANAHORIA BABY PO YOGUR (7)	1P ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZAS CO 2P MERLUZA AL HORNO (con cebolla ( 4 )  GU WOK DE VERDURAS ( 1, 6 )  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS  2P LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (12)  GU PATATAS FRITAS  PO FRUTA DEL TIEMPO
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P TORTILLA A LA FRANCESA (3) BERENJENAS A LA PLANCHA CON MIEL (1) PO FRUTA DEL TIEMPO 16	10  1P SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES (1,9)  2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1,6,11)  GU BONIATO AL HORNO  PO YOGUR (7)  17	11  1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla)  2P HAMBURGUESAS DE TERNERA A LA PLANCHA (12)  GU CUSCÚS CON VERDURAS (1)  PO FRUTA DEL TIEMPO  18	GARBANZOS ESTOFADOS CON  1P VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate)  2P PESCADO FRESCO DE MERCADO GU CALABACÍN A LA PLANCHA PO FRUTA DEL TIEMPO	17  1P BRÓCOLI CON PATATAS HERVIDAS  2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS (12)  GU ZANAHORIA BABY  PO FRUTA DEL TIEMPO  20
1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P SALCHICHAS DE CERDO AL HORNO / 12 ) GU PATATA "AL CALIU" PO FRUTA DEL TIEMPO 23	ARROZ CINCO DELICIAS (pavo ahumado, maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) (3, 6)  P GYOZAS (Empanadillas de verduras y pollo) sin fs (1, 3, 6, 7, 14) ORNAO  GU GUISANTES SALTEADOS  PO FRUTA DEL TIEMPO  4 \$14	LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (9)  2P TORTILLA CASERA DE PATATAS Y CEBOLLA (3)  GU ENSALADA DE BROTES VERDES CON PEPINO Y ACEITUNAS  PO FRUTA DEL TIEMPO  25	1P ACELGAS CON PATATAS  2P POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3)  GU TOMATE AL HORNO  PO YOGUR (7)	1P FIDEUÁ DE VERDURAS CON ALIOLI (opcional) (1, 3, 9, 12)  2P RAPE AL HORNO (cebolla y tomate natural) (4)  GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON PALITOS DE CANGREJO (2, 4, 14)  PO FRUTA DEL TIEMPO
LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ  1P (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate)  2P TORTILLA DE JAMÓN COCIDO (3, 6, 7, 9, 12)  GU TOMATE ALIÑADO  PO FRUTA DEL TIEMPO  30	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA JARDINERA (12) GU CHAMPIÑONES PO FRUTA DEL TIEMPO  31			DHENSALPO INTEGRAL































#### ENERO | BRITISH SCHOOL OF BARCELONA-CASTELLDEFELS (sin gluten)



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
2023	3	4	M M M 5	
	1P FUSSILIS sin gluten A LA NAPOLITANA (salsa de tomate casera) (3, 7) 2P CROQUETAS sin gluten (3, 7, 12) CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE GU PO FRUTA DEL TIEMPO	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P POLLO AL HORNO (cebolla y tomate natural) (12) GU ZANAHORIA BABY PO YOGUR (7)	1P ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZAS ECO  2P MERLUZA AL HORNO (con cebolla ( 4 )  GU VERDURAS  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS 2P LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (12) GU PATATAS FRITAS PO FRUTA DEL TIEMPO
9	10	11	12	
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P TORTILLA A LA FRANCESA (3)  GU BERENJENAS A LA PLANCHA  PO FRUTA DEL TIEMPO 16	1P SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES sin gluten (9) 2P POLLO A LA PLANCHA CON SÉSAMO (11) GU BONIATO AL HORNO PO YOGUR (7)	1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) 2P HAMBURGUESAS DE TERNERA A LA PLANCHA (12) GU VERDURAS PO FRUTA DEL TIEMPO	GARBANZOS ESTOFADOS CON  1P VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate)  2P PESCADO FRESCO DE MERCADO GU CALABACÍN A LA PLANCHA  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P BRÓCOLI CON PATATAS HERVIDAS 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS (12) GU ZANAHORIA BABY PO FRUTA DEL TIEMPO 20
1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P SALCHICHAS DE CERDO AL HORNO / 12 ) GU PATATA "AL CALIU" PO FRUTA DEL TIEMPO 23	ARROZ CINCO DELICIAS (pavo  1P ahumado, maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) (3, 6)  2P PAVO A LA PLANCHA  GU GUISANTES SALTEADOS  PO FRUTA DEL TIEMPO  4 \$1 P 24	LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (9)  2P TORTILLA CASERA DE PATATAS Y CEBOLLA (3)  GU ENSALADA DE BROTES VERDES CON PEPINO Y ACEITUNAS PO FRUTA DEL TIEMPO  25	1P ACELGAS CON PATATAS  2P POLLO REBOZADO (huevo y pan rallado sin gluten ) (3)  GU TOMATE AL HORNO  PO YOGUR (7)	1P FIDEUÁ sin gluten DE VERDURAS CON ALIOLI (opcional) (3, 9, 12) 2P RAPE AL HORNO (cebolla y tomate natural) (4) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON PALITOS DE CANGREJO (2, 4, 124) PO FRUTA DEL TIEMPO  22
LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ  1P (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate)  2P TORTILLA DE JAMÓN COCIDO (3, 6, 7, 9, 12)  GU TOMATE ALIÑADO  PO FRUTA DEL TIEMPO  30	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR  2P ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA JARDINERA (12)  GU CHAMPIÑONES  PO FRUTA DEL TIEMPO			PAN PAN NTEGRAY

































#### ENERO | BRITISH SCHOOL OF BARCELONA-CASTELLDEFELS (sin huevo)



1 P FUSSIBA LA NAPOLITANA Galas de fomenciaren (11) 2 P PAVO RIBIOZADO IN ILAPO (12) 2 P PAVO RIBIOZADO IN ILAPO (12) 2 P PAVO RIBIOZADO IN ILAPO (13) 2 P PAVO RIBIOZADO IN ILAPO (13) 2 P PAVO RIBIOZADO IN ILAPO (14) 2 P PAVO RIBIOZADO IN ILAPO (14) 2 P PAVO RIBIOZADO IN ILAPO (15) 2 P PAVO RIBIOZADO IN ILAPO (15) 2 P VOGUR (7) 3 SOPA CASERA DE AVE Y VERDUMAS CON POLO LA EPIRADA CON SALSA DE TOMATE (admits casera) (14) 3 P POLO A LA RIBADIZA (FITA CON ILAPO (14) 3 P POLO A LA RIBADIZA (FITA CON ILAPO (14) 3 P POLO A LA RIBADIZA (FITA CON ILAPO (14) 3 P POLO A LA RIBADIZA (FITA CON ILAPO (14) 3 P POLO A LA RIBADIZA (FITA CON ILAPO (14) 3 P POLO A LA RIBADIZA (FITA CON ILAPO (14) 3 P POLO A LA RIBADIZA (FITA CON ILAPO (14) 3 P POLO A LA RIBADIZA (FITA CON ILAPO (14) 3 P POLO A LA RIBADIZA (FITA CON ILAPO (14) 3 P POLO A LA RIBADIZA (FITA CON ILAPO (14) 3 P POLO A LA RIBADIZA (FITA CON ILAPO (14) 4 P POLO A LA PIANCHA (12) 4 P POLO A LA PIANCHA (12) 5 P POLO A LA PIANCHA (12) 5 P POLO A LA PIANCHA (14) 5 P P	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
POLICA A HORNO (cerolia y tomate assert) (1) PAROS RESCADO Sin havev (1) CHAMARISONIS SALTEADOS EN ACEITE GU DE OLIVA PO FRUTA DEL TIEMPO PO FRUTA	2023	3	4	M M M 5	6
ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito caserio)  PMERLUZA LA ANDALUZA (firo con harina) (1, 4)  BERENIENAS AL A PLANCHA CON MIEL (1, 1)  PO FRUTA DEL TIEMPO  TO  TOMATE AL HORNO  TO  FRUTA DEL TIEMPO  TO  TO  TO  TO  TO  TO  TO  TO  TO		tomate casera) (1)  2P PAVO REBOZADO sin huevo (1) CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE  GU  PO FRUTA DEL TIEMPO	2P POLLO AL HORNO (cebolla y tomate natural) (12) GU ZANAHORIA BABY PO YOGUR (7)	2P MERLUZA AL HORNO (con cebolla ( 4 )  GU WOK DE VERDURAS ( 1, 6 )  PO FRUTA DEL TIEMPO	HORTALIZAS  LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (12)  GU PATATAS FRITAS  PO FRUTA DEL TIEMPO
PISTONES (1,9)   PISTONES (1,9)   PISTONES (1,9)   PISTONES (1,9)   PISTONES (1,9)   POLICIA LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIELY SÉSAMO (1,6,11)   POLICIA SIGNATIO EL TIEMPO	9	10	11	12	13
GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DEL TIEMPO  23 PO FRUTA DEL TIEMPO  24 PO FRUTA DEL TIEMPO  25 PEPINO Y ACEITUNAS PO FRUTA DEL TIEMPO  26 PEPINO Y ACEITUNAS PO FRUTA DEL TIEMPO  27 PEPINO Y ACEITUNAS PO FRUTA DEL TIEMPO  28 PO YOGUR (7) PO FRUTA DEL TIEMPO  29 ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA JARDINERA (12) GU CHAMPIÑONES PO FRUTA DEL TIEMPO	1P (sofrito casero)  2P MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina) (1, 4)  GU BERENJENAS A LA PLANCHA CON MIEL (1)  PO FRUTA DEL TIEMPO  1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas)  2P SALCHICHAS DE CERDO AL HORNO / 12)	P PISTONES (1,9)  POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1,6,11)  GU BONIATO AL HORNO  PO YOGUR (7)  ARROZ CUATRO DELICIAS (pavo ahumado, maíz, guisantes y zanahoria) (6)  PAVO A LA PLANCHA	cebolla)  HAMBURGUESAS DE TERNERA A LA PLANCHA (12)  GU CUSCÚS CON VERDURAS (1)  PO FRUTA DEL TIEMPO  18  PENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (9)  PROTECUENTO (4)	1P VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate)  2P PESCADO FRESCO DE MERCADO GU CALABACÍN A LA PLANCHA PO FRUTA DEL TIEMPO  1P ACELGAS CON PATATAS  POLLO REBOZADO sin huevo ( pan rallado) ( 1 )  TOMATE AL HORNO	2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS (12) GU ZANAHORIA BABY PO FRUTA DEL TIEMPO  20  1P FIDEUÁ DE VERDURAS (1, 9, 12) 2P RAPE AL HORNO (cebolla y tomate natural) (4) ENSALADA DE HOLA DE ROBLE CON
1P (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate) 2P PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA 2P PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA GU TOMATE ALIÑADO PO FRUTA DEL TIEMPO  1 JOSAVENDE CONTATALAS AL VALON 2P ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA JARDINERA (12) GU CHAMPIÑONES PO FRUTA DEL TIEMPO	PO FRUTA DEL TIEMPO	GU GUISANTES SALTEADOS	PEPINO Y ACEITUNAS PO FRUTA DEL TIEMPO	PO YOGUR (7)	PALITOS DE CANGREJO ( 2, 4, 124 )
	LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ  1P (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate)  2P PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA  GU TOMATE ALIÑADO	2P ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA JARDINERA (12) GU CHAMPIÑONES			PAN

















(8)



















#### ENERO | BRITISH SCHOOL OF BARCELONA-CASTELLDEFELS (sin lactosa)



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
2023	3	4	M M M 5	
	1P FUSSILIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomate casera) (1,3) 2P PAVO REBOZADO (1,3) CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P POLLO AL HORNO (cebolla y tomate natural) (12) GU ZANAHORIA BABY PO YOGUR sin lactosa	1P ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZAS ECO 2P MERLUZA AL HORNO (con cebolla ( 4 )  GU WOK DE VERDURAS ( 1, 6 )  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTÁLIZAS 2P LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (12) GU PATATAS FRITAS PO FRUTA DEL TIEMPO
9	10	11	12	
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)  2P TORTILLA A LA FRANCESA (3)  BERENJENAS A LA PLANCHA CON MIEL  GU (1)	SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES (1,9)  POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1,6,11)  GU BONIATO AL HORNO	1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) 2P HAMBURGUESAS DE TERNERA A LA PLANCHA (12) GU CUSCÚS CON VERDURAS (1)	GARBANZOS ESTOFADOS CON  1P VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate)  2P PESCADO FRESCO DE MERCADO GU CALABACÍN A LA PLANCHA	1P BRÓCOLI CON PATATAS HERVIDAS 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS (12) GU ZANAHORIA BABY PO FRUTA DEL TIEMPO
PO FRUTA DEL TIEMPO 16	PO YOGUR sin lactosa	PO FRUTA DEL TIEMPO 18	PO FRUTA DEL TIEMPO	
1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P SALCHICHAS DE CERDO AL HORNO / 12 ) GU PATATA "AL CALIU" PO FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ CINCO DELICIAS (pavo 1P ahumado, maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) (3, 6)  PAVO A LA PLANCHA  GU GUISANTES SALTEADOS  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (9)  2P TORTILLA CASERA DE PATATAS Y CEBOLLA (3)  GU ENSALADA DE BROTES VERDES CON PEPINO Y ACEITUNAS PO FRUTA DEL TIEMPO	1P ACELGAS CON PATATAS  2P POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3)  GU TOMATE AL HORNO  PO YOGUR sin lactosa	1P FIDEUÁ DE VERDURAS CON ALIOLI (opcional) (1, 3, 9, 12)  2P RAPE AL HORNO (cebolla y tomate natural) (4)  GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON PALITOS DE CANGREJO (2, 4, 14)  PO FRUTA DEL TIEMPO
LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ  1P (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate)  2P TORTILLA DE JAMÓN COCIDO sin lactosa (3, 6, 9, 12)  GU TOMATE ALIÑADO  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA JARDINERA (12) GU CHAMPIÑONES PO FRUTA DEL TIEMPO	25	26	PAN  OFFISAL PO  NTEGRA  NTEGR
30	31			

































### ENERO | BRITISH SCHOOL OF BARCELONA-CASTELLDEFELS (sin pescado ni marisco)



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
2023	3	4	M M M 5	6
	1P FUSSILIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomate casera) (1, 3, 7) 2P CROQUETAS sin pescado (3, 7, 12) CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P POLLO AL HORNO (cebolla y tomate natural) (12) GU ZANAHORIA BABY PO YOGUR (7)	1P ARROZ CON SOFRITO DE  2P HORTALIZAS  BISTEC DE TERNERA ALA PLANCHA GU WOK DE VERDURAS (1,6)  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS 2P LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (12) GU PATATAS FRITAS PO FRUTA DEL TIEMPO
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P TORTILLA A LA FRANCESA (3) BERENJENAS A LA PLANCHA CON MIEL GU (1) PO FRUTA DEL TIEMPO 16	10  1P SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES (1,9)  2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1,6,11)  GU BONIATO AL HORNO  PO YOGUR (7)  17	11  1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla)  2P HAMBURGUESAS DE TERNERA A LA PLANCHA (12)  GU CUSCÚS CON VERDURAS (1)  PO FRUTA DEL TIEMPO  18	GARBANZOS ESTOFADOS CON  1P VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate)  2P ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA DE CEBOLLA Y CANELA (cerdo y ternera) (12) GU CALABACÍN A LA PLANCHA  PO FRUTA DEL TIEMPO  19	17  1P BRÓCOLI CON PATATAS HERVIDAS  2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS (12)  GU ZANAHORIA BABY  PO FRUTA DEL TIEMPO  20
1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P SALCHICHAS DE CERDO AL HORNO / 12 ) GU PATATA "AL CALIU" PO FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ CINCO DELICIAS (pavo 1P ahumado, maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) (3,6)  2P GYOZAS (Empanadillas de verduras y pollo) (1,3,6,7,11,14)  GU GUISANTES SALTEADOS  PO FRUTA DEL TIEMPO	LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (9)  P TORTILLA CASERA DE PATATAS Y CEBOLLA (3)  GU ENSALADA DE BROTES VERDES CON PEPINO Y ACEITUNAS PO FRUTA DEL TIEMPO  25	1P ACELGAS CON PATATAS  2P POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3)  GU TOMATE AL HORNO  PO YOGUR (7)	1P FIDEUÁ DE VERDURAS CON ALIOLI (opcional) (1, 3, 9, 12)  2P LOMO A LA PLANCHA CON SALSA RANCHERA (3, 7)  GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE  PO FRUTA DEL TIEMPO  27
LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ  1P (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate)  2P TORTILLA DE JAMÓN COCIDO (3, 6, 7, 9, 12)  GU TOMATE ALIÑADO  PO FRUTA DEL TIEMPO  30	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR  2P ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA JARDINERA (12)  GU CHAMPIÑONES  PO FRUTA DEL TIEMPO  31			PAN





















(10)













#### BRTISH SCHOOL OF BARCELONA - CASTELLDEFELS **SNACKS**



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
YOGUR Y FRUTA NATURAL (7)	BOCADILLO VARIADO(1, 6, 7, 9, 12)	YOGUR Y FRUTA NATURAL(7)	BOCADILLO VARIADO (1, 6, 7, 9, 12)	YOGUR Y FRUTA NATURAL (7)
BOCADILLO VARIADO(1, 6, 7, 9, 12)	YOGUR Y FRUTA NATURAL (7)	BOCADILLO VARIADO(6, 7, 9, 12)	YOGUR Y FRUTA NATURAL (7)	BIZCOCHO CASERO DE YOGUR (1, 3, 7)









(3)









(7)



(9)

(8)



(10)



(11)



(12)



(13)



(14)

