



* Valoración nutricional para el rango de edad de 7-9 años.

Lunes/Monday	Martes/Tuesday	Miércoles/Wenesday	Jueves/Thursday	Viernes/Friday
	<p>01-11-11</p> <p>Festividad Todos los Santos</p> <p>Bank Holiday</p>	<p>02-11-11</p> <p>Espaguetis con tomate Limanda enharinada</p> <p>Ensalada lechuga y tomate</p> <p>Spaguetti with tomato sauce</p> <p>Andalusian yellowfin sole</p> <p>Mixed salad Fresh fruit</p>	<p>03-11-11</p> <p>Crema de puerros Redondo de ternera asado</p> <p>Arroz blanco</p> <p>Yogur</p> <p>Cream of leek soup</p> <p>Roasted Beef</p> <p>White rice Yoghourt</p>	<p>04-11-11</p> <p>Alubias blancas estofadas Tortilla de calabacín</p> <p>Ensalada de tomate</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Stewed white beans</p> <p>Courgette omelette</p> <p>Tomato salad Fresh fruit</p>
<p>07-11-11</p> <p>Menestra de verduras rehogada Jamoncitos de pollo asados</p> <p>Patatas fritas</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Stir-fried vegetable minestrone</p> <p>Roasted chicken legs</p> <p>Fries Fresh fruit</p>	<p>08-11-11</p> <p>Sopa de cocido Cocido madrileño completo</p> <p>Yogur</p> <p>Stew broth</p> <p>Spanish cocido stew</p> <p>Yoghourt</p>	<p>09-11-11</p> <p>Festividad</p>	<p>10-11-11</p> <p>Lentejas guisadas con verduras Tortilla de jamón york</p> <p>Ensalada lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Lentils with vegetables</p> <p>Ham omelette</p> <p>Mixed salad Fresh fruit</p>	<p>11-11-11</p> <p>Tallarines a la boloñesa Merluza al horno</p> <p>Maiz salteado</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Tagliatelle bolognese</p> <p>Roasted hake</p> <p>Stir-fried sweetcorn Fresh fruit</p>
<p>14-11-11</p> <p>Patatas guisadas c/verduras Abadejo rebozado</p> <p>Zanahoria rallada</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Potatoes with vegetables</p> <p>Floured pollock</p> <p>Diced carrots Fresh fruit</p>	<p>15-11-11</p> <p>Sopa de bolitas Cinta de lomo plancha</p> <p>Berenjena rebozada</p> <p>Yogur</p> <p>Vermicelli soup</p> <p>Pan Fried pork loin</p> <p>Battered aubergine Yoghourt</p>	<p>16-11-11</p> <p>Alubias pintas estofadas c/arroz Tortilla de espinacas</p> <p>Ensalada de tomate</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Pinto beans with rice</p> <p>Spinach omelette</p> <p>Tomato salad Fresh fruit</p>	<p>17-11-11</p> <p>Coditos con chorizo Tilapia en salsa verde</p> <p>Guisantes</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Gomiti pasta with chorizo</p> <p>roasted fish in green sauce</p> <p>Steamed peas Fresh fruit</p>	<p>18-11-11</p> <p>Crema de calabacín Lasaña boloñesa (cerdo y pollo)</p> <p>Ensalada lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Cream of courgette soup</p> <p>Lasagne bolognese</p> <p>Mixed salad Fresh fruit</p>
<p>21-11-11</p> <p>Judías verdes rehogadas c/patatas Atún al horno con tomate</p> <p>Pasta salteada</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Green beens with potatoes</p> <p>Roasted Tuna with tomato</p> <p>Stir-fried pasta Fresh fruit</p>	<p>22-11-11</p> <p>Sopa de estrellas Filete de pollo empanado</p> <p>Verduras dado</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Star soup</p> <p>Breadcrumbed chicken steak</p> <p>Steamed diced vegetables Fresh fruit</p>	<p>23-11-11</p> <p>Lentejas estofadas con acelgas Tortilla de patata</p> <p>Ensalada lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Lentils with chard</p> <p>Spanish omelette</p> <p>Carrot salad Fresh fruit</p>	<p>24-11-11</p> <p>Arroz blanco con tomate Bacalao rebozado</p> <p>Zanahoria baby</p> <p>Fruta fresca</p> <p>White rice & tomato sauce</p> <p>Battered cod</p> <p>Baby carrots Fresh fruit</p>	<p>Mexican Day 25-11-11</p> <p>Frijoles Pierna de cerdo asada</p> <p>Pimientos rojos</p> <p>Flan</p> <p>Frijoles</p> <p>Roasted pork red peppers</p> <p>Vanilla creme caramel</p>
<p>28-11-11</p> <p>Crema de verduras Albóndigas de ternera en salsa</p> <p>Patatas fritas dado</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Cream of vegetable soup</p> <p>Beef meatballs with sauce</p> <p>Diced potatoes Fresh fruit</p>	<p>29-11-11</p> <p>Paella de pollo Merluza rebozada</p> <p>Menestra de verduras</p> <p>Yogur</p> <p>Seafood & vegetable paella</p> <p>battered hake</p> <p>Stir fried vegetable minestrone</p> <p>Yoghourt</p>	<p>30-11-11</p> <p>Lentejas guisadas c/zanahorias Tortilla de jamón york</p> <p>Ensalada lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Lentils with carrots</p> <p>Ham omelette</p> <p>Tomato salad Fresh fruit</p>	<p>01-12-11</p>	<p>02-12-11</p>

* Todos los días pan, agua y leche. * Everyday bread, water & milk.

*HC., Prot.y Lip. expresados en gramos.*CH., Prot., & Lip. expressed in grams.