



































Comida / Lunch

Enero / January 2018

LUNES / MONDAY					MARTES / TUESDAY					MIÉRCOLES / WEDNESDAY					JUEVES / THURSDAY					VIERNES / FRIDAY				
8 Lentejas con verduritas/Ensalada mixta Lentils / Mixed salad  Jamonicos de pollo al ajillo con patatas chips Garlic chicken legs with crisps Frutas Fresh fruit					9 Judías verdes con patatas/Ensalada mixta Green beans with potatoes / Mixed salad  Hamburguesa en salsa española Hamburger in Spanish sauce  Frutas Fresh fruit					10 Ensalada mixta/Arroz con jamón york Mixed salad/ Rice with ham  Paella/Redondo de ternera en salsa con zanahoria baby Paella / Beef round roast in sauce with baby carrots  Frutas/Natillas Fresh fruit / Custard					11 Pasta con tomate Pasta with tomato sauce  Merluza al horno con lechuga y maíz Baked hake with lettuce and corn  Frutas Fresh fruit					12 Puré de espinacas/Ensalada mixta Spinach puree / Mixed salad  Estofado de pavo Turkey stew  Frutas/Leche Fresh fruit / Milk				
Energía Energy	Proteínas Protein	H.Carbono Carbohydrates	Lípidos Lipids		Energía Energy	Proteínas Protein	H.Carbono Carbohydrates	Lípidos Lipids		Energía Energy	Proteínas Protein	H.Carbono Carbohydrates	Lípidos Lipids		Energía Energy	Proteínas Protein	H.Carbono Carbohydrates	Lípidos Lipids		Energía Energy	Proteínas Protein	H.Carbono Carbohydrates	Lípidos Lipids	
844	45.3	76.3	36.7		814	39.2	60.3	43.4		512	34.3	54.2	16.4		664	36.2	72.3	24		713	33.3	74.4	29	
15 Patatas a la riojana Riojan style potatoes  Allitas de pollo marinadas con lechuga y zanahoria Marinated chicken wings with lettuce and carrot  Frutas Fresh fruit					16 Alubias rojas con patatas/Ensalada mixta Red kidney beans with potatoes / Mixed salad  Huevos duros con tomate Hard boiled eggs with tomatos sauce  Frutas Fresh fruit					17 Puré de zanahoria con picatostes/Ensalada mixta Carrot puree with crutons / Mixed salad  Rofi de pavo en salsa vegetal con guisantes Roast turkey and peas in vegetable sauce  Frutas/Leche Fresh fruit / Milk					18 Acelga con zanahoria y refrito de ajos/Ensalada mixta Chard with carrots and fried garlic / Mixed salad  Pechuga de pollo en salsa con patatas Chicken breasts in sauce with chips  Frutas Fresh fruit					19 Pasta a la carbonara/Ensalada mixta Pasta carbonara / Mixed salad  Bacalao en salsa verde Cod in cervil sauce  Frutas/Yogur de sabores Fresh fruit / Yoghurt				
Energía Energy	Proteínas Protein	H.Carbono Carbohydrates	Lípidos Lipids		Energía Energy	Proteínas Protein	H.Carbono Carbohydrates	Lípidos Lipids		Energía Energy	Proteínas Protein	H.Carbono Carbohydrates	Lípidos Lipids		Energía Energy	Proteínas Protein	H.Carbono Carbohydrates	Lípidos Lipids		Energía Energy	Proteínas Protein	H.Carbono Carbohydrates	Lípidos Lipids	
853	35.3	60	50.2		816	37.2	66.4	40.1		586	42.3	58.9	18.3		707	39.8	67	29.3		663	37.1	85.2	17.7	
22 Ensalada campera/Ensalada de lechuga Potato salad / Mixed salad  Albóndigas en salsa española Meat balls in Spanish sauce  Frutas Fresh fruit					23 Crema de calabaza Cream of pumpkin soup  Granadero con lechuga y tomate fresco Grenadier fish with lettuce and fresh tomato  Frutas Fresh fruit					24 Ensalada mixta/Arroz a la jardinera Mixed salad / Rice with mixed vegetables  Paella/Ragout de ternera Paella / Beef stew  Frutas/Actimel Fresh fruit / Actimel					25 Alubias blancas con verduritas/Ensalada mixta White kidney beans with vegetables / Mixed salad  Muslo de pollo asado con puré de patata Roast chicken legs with potato puree  Frutas/Leche Fresh fruit / Milk					26 Purrusalda/Ensalada mixta Leek and vegetable soup / Mixed salad  Hamburguesa de ternera en salsa con arroz Beef hamburgers in sauce with rice  Frutas Fresh fruit				
Energía Energy	Proteínas Protein	H.Carbono Carbohydrates	Lípidos Lipids		Energía Energy	Proteínas Protein	H.Carbono Carbohydrates	Lípidos Lipids		Energía Energy	Proteínas Protein	H.Carbono Carbohydrates	Lípidos Lipids		Energía Energy	Proteínas Protein	H.Carbono Carbohydrates	Lípidos Lipids		Energía Energy	Proteínas Protein	H.Carbono Carbohydrates	Lípidos Lipids	
832	36.7	62.2	46.6		649	34.5	66.8	24.8		679	27.8	84.4	23.3		935	43.2	65.4	50.6		847	38.2	72.8	42.4	
29 Garbanzos/Ensalada mixta Chickpeas / Mixed salad  Salchichas de pollo frescas entomatadas Chicken sausages in tomato sauce Frutas Fresh fruit					30 Judías verde con patata Green beans San Jacobo con lechuga y tallos de espárragos Cordon bleu with lettuce and asparagus  Frutas Fresh fruit					31 Sopa de cocido/Ensalada mixta Garlic soup / Mixed salad  Platija rebosada con mahonesa Flounder fish with mayonnaise  Frutas/Yogur natural Fres fruit / Yoghurt														
Energía Energy	Proteínas Protein	H.Carbono Carbohydrates	Lípidos Lipids		Energía Energy	Proteínas Protein	H.Carbono Carbohydrates	Lípidos Lipids		Energía Energy	Proteínas Protein	H.Carbono Carbohydrates	Lípidos Lipids											
975	37.6	67.6	58.6		731	12.9	86.1	34.2		395	30.2	45.7	9.4											

Consulte también el menú en nuestra Web / See also the menu on our website
www.colegioamigo.com



























Alergias / Allergies

Contiene ingredientes que puedan causar alguna alergia o intolerancia



Comida / Lunch

AULA 1 AÑO - Enero 2018

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
8 Puré de lentejas con pollo Yogur natural 	9 Puré de alubia verde con palometa  Yogur de sabores 	10 Crema de arroz y verdura con filete de ternera Natillas 	11 Puré de verduras con merluza  Yogur natural 	12 Puré de espinacas con pavo Petit suisses 
15 Puré de patata y verdura con merluza  Yogur natural 	16 Puré de alubias rojas con huevo Yogur de sabores 	17 Puré de zanahoria con roti de pavo Yogur natural 	18 Puré de acelgas y zanahoria con pechuga de pollo Actimel 	19 Puré de verduras con bacalao  Yogur de sabores 
22 Puré de zanahoria con lomo fresco Yogur natural 	23 Crema de calabaza con ternera guisada Actimel 	24 Crema de arroz y verduras con halibut  Petit suisses 	25 Puré de alubias blancas y verduras con escalopín de pollo Yogur de sabores 	26 Puré de patata, zanahoria y puerro con bacalao  Yogur natural 
29 Puré de garbanzos con salchichas de pollo frescas Yogur de sabores 	30 Puré de patata y verduras con lomo de cerdo fresco Yogur natural 	31 Puré de calabacín con platija  Actimel 		

Consulte también el menú en nuestra Web / See also the menu on our website
www.colegioamigo.com




















































































































































Alergias / Allergies

Contiene ingredientes que puedan causar alguna alergia o intolerancia



Comida / Lunch

AULA 2 AÑOS - Enero 2018

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
8 Lentejas con verdullitas Jamoncitos de pollo al ajillo con patatas chips Frutas	9 Judías verdes con patatas Palometa en salsa  Frutas	10 Arroz con jamón york   Redondo de ternera en salsa con zanahoria baby Frutas/Natillas 	11 Pasta con tomate   Merluza al horno con lechuga   Frutas	12 Puré de espinacas Estofado de pavo Frutas/Leche 
15 Patatas a la riojana   Merluza en salsa  Frutas	16 Alubias rojas con patatas Huevos duros con tomate  Frutas	17 Puré de zanahoria Rofi de pavo en salsa vegetal con guisantes            Frutas/Leche 	18 Acelga con zanahoria y refrito de ajos Pechuga de pollo en salsa con patatas  Frutas	19 Pasta con tomate   Bacalao en salsa verde   Frutas/Yogur de sabores 
22 Patatas guisadas  Albóndigas en salsa española  Frutas	23 Crema de calabaza Granadero con lechuga                                      Frutas	24 Arroz a la jardinera con tomate Ragout de ternera Frutas/Actimel 	25 Alubias blancas con verduras Escalopín de pollo con puré de patata  Frutas/Leche 	26 Purrusalda Bacalao en salsa de tomate  Frutas
29 Garbanzos Salchichas de pollo frescas entomatadas     Frutas	30 Judía verde con patata San Jacobo con lechuga                                      Frutas	31 Pasta con tomate   Platija rebozada con mahonesa                             Frutas/Yogur natural 		

Consulte también el menú en nuestra Web / See also the menu on our website
www.colegioamigo.com

Alergias / Allergies

Contiene ingredientes que puedan causar alguna alergia o intolerancia

