






































Comida / Lunch

Noviembre 2017 November 2017

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY																																																												
			2 Puré de verdura/Ensalada mixta Vegetable puree / Mixed salad  Ragout de ternera Beef stew Frutas Fresh fruit <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>597</td><td>39</td><td>55.3</td><td>19.3</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	597	39	55.3	19.3	3 Pasta con tomate/Ensalada mixta Pasta with tomato sauce / Mixed salad  Merluza al horno con lechuga Baked hake with lettuce  Frutas/Leche Fresh fruit / Milk <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>406</td><td>27.4</td><td>39</td><td>14.3</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	406	27.4	39	14.3																																				
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
597	39	55.3	19.3																																																													
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
406	27.4	39	14.3																																																													
6 Judías verdes con patatas Green beans with potatoes  Tortilla de patata con lechuga y zanahoria rallada Spanish omelette with lettuce and grated carrot  Frutas Fresh fruit <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>709</td><td>27.1</td><td>54.1</td><td>41</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	709	27.1	54.1	41	7 Lentejas con verduras/Ensalada mixta Lentils / Mixed salad  Albóndigas caseras en salsa española Meatballs in Spanish sauce  Frutas Fresh fruit <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>1152</td><td>57.7</td><td>96.5</td><td>55.9</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	1152	57.7	96.5	55.9	8 Ensalada mixta/Aroz con tomate Mixed salad / Rice with tomato sauce  Paella/Halibut en salsa verde Paella / Halibut in chervil sauce  Frutas/Actimel Fresh fruit / Actimel <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>878</td><td>45.4</td><td>97.2</td><td>32.6</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	878	45.4	97.2	32.6	9 Puré de calabaza/Ensalada mixta Pumpkin puree / Mixed salad  Estofado de pavo Turkey stew Frutas Fresh fruit <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>701</td><td>32.3</td><td>77.3</td><td>26.3</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	701	32.3	77.3	26.3	10 Pasta con tomate/Ensalada mixta Pasta with tomato sauce/ Mixed salad  Escalopín de pollo con calabacín Bread crumbed chicken with zucchini  Frutas/Leche Fresh fruit / Milk <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>803</td><td>34.5</td><td>65.1</td><td>43.4</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	803	34.5	65.1	43.4
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
709	27.1	54.1	41																																																													
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
1152	57.7	96.5	55.9																																																													
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
878	45.4	97.2	32.6																																																													
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
701	32.3	77.3	26.3																																																													
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
803	34.5	65.1	43.4																																																													
13 Patata guisada/Ensalada mixta Stewed potatoes / Mixed salad  San Jacobo con lechuga Cordon bleu with lettuce  Frutas Fresh fruit <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>827</td><td>33.2</td><td>71.3</td><td>43.4</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	827	33.2	71.3	43.4	14 Pasta con tomate y atún Pasta with tuna and tomato sauce  Alitas de pollo con pimiento verde Chicken wings with green peppers  Frutas Fresh fruit <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>892</td><td>20.7</td><td>112</td><td>37.3</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	892	20.7	112	37.3	15 Alubias rojas con verduras/Ensalada mixta Red kidney beans / Mixed salad  Pechuga de pavo en salsa con patatas chips Turkey breast in sauce with crisps Frutas/leche Fresh fruit / Milk <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>739</td><td>47.3</td><td>72.5</td><td>24.4</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	739	47.3	72.5	24.4	16 Menestra de verduras/Ensalada mixta Mixed vegetables / Mixed salad  Platija rebozada con mahonesa Bread crumbed flounder fish with mayonnaise  Frutas Fresh fruit <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>805</td><td>35.5</td><td>66.1</td><td>41.3</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	805	35.5	66.1	41.3	17 Puré de calabacín/Ensalada mixta Zucchini puree / Mixed salad  Filete de ternera en salsa española Beef filet in Spanish sauce Frutas/Yogur natural Fresh fruit / Yoghurt <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>742</td><td>38.4</td><td>75.9</td><td>31.4</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	742	38.4	75.9	31.4
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
827	33.2	71.3	43.4																																																													
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
892	20.7	112	37.3																																																													
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
739	47.3	72.5	24.4																																																													
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
805	35.5	66.1	41.3																																																													
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
742	38.4	75.9	31.4																																																													
20 Puré de verdura con borraja/Ensalada mixta Vegetable and borage puree / Mixed salad  Lomo fresco la riojana Marinated pork  Frutas Fresh fruit <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>676</td><td>24</td><td>51.9</td><td>39.5</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	676	24	51.9	39.5	21 Ensalada de pasta/Ensalada mixta Potato salad / Mixed salad  Salchichas fresca con pisto Pork sausages with ratatouille Frutas Fresh fruit <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>777</td><td>30</td><td>42.1</td><td>52.5</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	777	30	42.1	52.5	22 Ensalada mixta/Aroz a la jardinera Mixed salad / Rice with mixed vegetables  Paella/Pechuga de pollo con lechuga Paella / Chicken breast with lettuce  Frutas/Leche Fresh fruit / Milk <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>883</td><td>48.5</td><td>97.8</td><td>31.3</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	883	48.5	97.8	31.3	23 Acelga con zanahoria/Ensalada mixta Chard with carrot / Mixed salad  Redondo de ternera en salsa con patata panadera Beef round roast in sauce with roast potatoes Frutas Fresh fruit <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>432</td><td>32.6</td><td>47</td><td>23.7</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	432	32.6	47	23.7	24 Pochas/Ensalada mixta Kidney beans / Mixed salad  Bacalao en salsa de tomate Cod in tomato sauce  Frutas/Yogur de sabores Fresh fruit / Yoghurt <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>1046</td><td>92.5</td><td>80</td><td>33.9</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	1046	92.5	80	33.9
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
676	24	51.9	39.5																																																													
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
777	30	42.1	52.5																																																													
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
883	48.5	97.8	31.3																																																													
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
432	32.6	47	23.7																																																													
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
1046	92.5	80	33.9																																																													
27 Pasta con tomate y chorizo Pasta with chorizo in tomato sauce  Pollo asado con lechuga Roast chicken with lettuce  Frutas Fresh fruit <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>815</td><td>41.3</td><td>83</td><td>33.7</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	815	41.3	83	33.7	28 Puré de zanahoria/Ensalada mixta Carrot puree / Mixed salad  Lomo adobado con patatas frita Marinated pork with crisps  Frutas Fresh fruit <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>1112</td><td>28.4</td><td>95.2</td><td>65.2</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	1112	28.4	95.2	65.2	29 Sopa de cocido/Ensalada mixta Garlic soup / Mixed salad  Merluza en salsa del piquillo Hake in pepper sauce  Frutas/Yogur natural Fresh fruit / Yoghurt <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>577</td><td>40.9</td><td>39.9</td><td>26.6</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	577	40.9	39.9	26.6	30 Alubias blancas con verduras/Ensalada mixta White kidney beans / Mixed salad  Escalopín de pollo con tomate fresco Bread crumbed chicken with tomato Frutas Fresh fruit <table border="1"> <tr><th>Energía</th><th>Proteínas</th><th>H. de Carbono</th><th>Lípidos</th></tr> <tr><td>Energy</td><td>Protein</td><td>Carbohydrates</td><td>Lipids</td></tr> <tr><td>909</td><td>47.1</td><td>75.4</td><td>41.7</td></tr> </table>	Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos	Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids	909	47.1	75.4	41.7													
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
815	41.3	83	33.7																																																													
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
1112	28.4	95.2	65.2																																																													
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
577	40.9	39.9	26.6																																																													
Energía	Proteínas	H. de Carbono	Lípidos																																																													
Energy	Protein	Carbohydrates	Lipids																																																													
909	47.1	75.4	41.7																																																													

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



COLEGIO LUIS AMIGÓ



www.comedorsaludable.com
servalcatering.com

Comida / Lunch

AULA 1 AÑO - Noviembre 2017

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
			2 Puré de verdura con filete de ternera Yogur natural	3 Puré de zanahoria y merluza Yogur de sabores
6 Pasado de judía verde y patata con huevo Yogur natural	7 Pasado de lentejas y verduritas con lomo de cerdo Yogur de sabores	8 Crema de arroz y verduritas con halibut Petit suisses	9 Puré de calabaza con estofado de pavo Yogur natural	10 Puré de verdura con escalopín de pollo Yogur natural
13 Puré de patata con escalopín de pollo Yogur natural	14 Puré de verduras con lomo fresco Petit suisses	15 Puré de alubias rojas con pechuga de pavo Yogur natural	16 Puré de menestra de verduras con platija Yogur de sabores	17 Puré de calabacín con filete de ternera Yogur natural
20 Puré de verdura con borra y lomo fresco Yogur natural	21 Puré de calabaza y salchichas fresca Yogur de sabores	22 Crema de arroz y verduras y pechuga de pollo Yogur natural	23 Puré de acega con redondo de ternera Petit suisses	24 Puré de pochas con bacalao Yogur natural
27 Puré de verduras con pollo asado Yogur natural	28 Puré de zanahoria con lomo fresco Yogur natural	29 Crema de arroz y verduras con merluza Yogur de sabores	30 Puré de alubia blanca y verdurita y escalopín de pollo Yogur natural	

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





Comida / Lunch

AULA 2 AÑOS - Noviembre 2017

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
			2 Puré de verdura Ragout de ternera Frutas	3 Pasta con tomate Merluza al horno con lechuga Frutas/Leche
6 Judías verdes con patatas Torquilla de patata con loncha jamón york Frutas	7 Lentejas con verduras Albóndigas caseras en salsa española Frutas	8 Arroz con tomate Halibut en salsa verde Frutas/Actimel	9 Puré de calabaza Estofado de pavo Frutas	10 Pasta con tomate Escalopín de pollo con calabacín Frutas/Leche
13 Patata guisada Pechuga de pollo en salsa Frutas	14 Pasta con tomate y atún San Jacobo con lechuga Frutas	15 Alubias rojas con verduras Pechuga de pavo en salsa con patatas chips Frutas/leche	16 Menestra de verduras Platija rebozada con mahonesa Frutas	17 Puré de calabacín Cabezada en salsa con verduras Frutas/Yogur natural
20 Puré de verdura con borraja Fiambre de lomo a la riojana Frutas	21 Pasta con tomate Salchichas fresca con pisto Frutas	22 Arroz a la jardinera Pechuga de pollo en salsa vegetal Frutas/Leche	Acelga con patata Redondo de ternera en salsa con patata panadera Frutas	24 Pochas Bacalao en salsa de tomate Frutas/Yogur de sabores
27 Pasta con tomate y chorizo Jamoncito pollo asado con lechuga Frutas	28 Puré de zanahoria Lomo adobado con patatas fritas Frutas	29 Arroz con jamón york Merluza en salsa del piquillo Frutas/Yogur natural	30 Alubias blancas con verduras Escalopín de pollo con tomate fresco Frutas	

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

