RAYUELA SCHOOL

MARCH 2018

1

Puré de verduras naturales

Cream of vegetables soup

709

26.5

33.6

84

Filetes rusos en salsa c/champiñones

Hamburguer steak in sauce with mushrooms

Fruta de temporada /Seasonal fruit

2

Arroz con tomate

Boiled rice with tomato sauce

776

26.7

52.1

82

F. merluza a la Andaluza c/ens. lechuga (1,4)

Andaluza style hake fillet salad

Lácteo/ Dairy

5

Crema de zanahorias

Cream of carrots soup

681

30.7

26.9

74

Chuleta de cerdo al ajillo c/patatas paja

Chop pork with fries

Fruta de temporada /Seasonal fruit

6

Paella mixta (verdura y pollo)

Mixed "paella"

746

37.1

39.7

63

Bacalao a la Riojana (tomate, pimiento, cebolla) c/patata (4)

"Riojana" cod (with tomato, pepper, onion)

Fruta de temporada /Seasonal fruit

7

Sopa de cocido (caldo de ave y verduras) (1,3)

"Cocido" soup

751

14.7

41.7

113

Complemento: garbanzos, ave, morcillo, repollo, zanahoria, patata (6)

Chick-peas, meat, vegetables, ...

Fruta de temporada /Seasonal fruit

8

DÍA DE LA MUJER

Macarrones con tomate y queso (1,3,7)

701

19.5

25.8

106

Pasta with tomato and cheese

Fil. de pescadilla en salsa verde c/zanahorias baby (4)

Fillet fish in sauce with carrots baby

Fruta de temporada /Seasonal fruit

9

Judías blancas estofadas con verduras y hortalizas

Vegetables with beans stew

775

30.1

41.0

85

Huevos villarroy c/ens. lechuga (1,3,6,7)

"villarroy" style breaded eggs

Lácteo/ Dairy

12

Puré de calabacín y puerros

Cream of zucchini & leeks soup

709

26.5

33.6

84

Ternera asada con patatas dado

Roasted beef with fries

Fruta de temporada /Seasonal fruit

13

Judías pintas estofadas c/chorizo (6,7)

788

Chorizo with beans stew

36.9

38.3

76

Empanadillas de atún c/ens. lechuga (1,3,4)

Tuna patties with salad

Fruta de temporada /Seasonal fruit

14

NACE ALBERT EINSTEIN

Sopa de pescado con estrellitas (1,2,3,4,14)

662

18.9

34.3

89

Fish soup with paste

Pollo asado con patatas

Roasted chicken with fries

Fruta de temporada /Seasonal fruit

15

Patatas guisadas con ragout

Stewed potatoes with ragout

674

669

25

22.9

29

21.1

83

95

Tortilla francesa c/ens. Lechuga (3)

Plain omelette with salad

Fruta de temporada /Seasonal fruit

16

Arroz tres delicias (2,3,6,7,14)

Three delicacies fried rice

Salmón a la naranja con patata vapor (4)

Salmon in orange juice with fries

Lácteo/ Dairy

19

Puré de verduras naturales

Cream of vegetables soup

667

15.2

27.3

105

Albóndigas de ternera c/ jardinera y patata cuadradillo (1,3,6,7)

Veal meatball with vegetables and potatoes

Fruta de temporada /Seasonal fruit

20

LLEGA LA PRIMAVERA

Espirales a la boloñesa (1,3)

769

31.3

39

83

Paste with tomato sauce and meat

Sepia rebozada con gajos de tomate (1,4)

Breaded cuttlefish with natural tomato

Fruta de temporada /Seasonal fruit

21

Judías verdes rehogadas con cebolla y ajito

Sauteed green beans with garlic and onion

600

21

32.1

71

Roti de pavo asado c/patata cocida (1,6)

Roasted turkey w /boiled potatoes

Fruta de temporada /Seasonal fruit

22

DÍA MUNDIAL DEL AGUA

Potaje de garbanzos y espinacas

749

25.5

28.6

101

Chickpeas and spinach stew

Croquetas de bacalao c/ens. Lechuga (1,3,4,7)

Cod croquettes w / salad

Fruta de temporada /Seasonal fruit

23

VACACIONES

26

VACACIONES

27

VACACIONES

28

VACACIONES

29

VACACIONES

30

VACACIONES

Lácteo (leche, yogur, queso, cuajada, etc..) Pan tostado, galletas y/o cereales con o sin cacao Pieza de fruta o zumo recién exprimido			Lácteo (leche, yogur, queso, cuajada, etc..) Bocadillo o sándwich con fiambre Pieza de fruta o zumo natural	
			Risotto de champiñones	Ensalada Tallarines tres delicias
Berenjenas rellenas de carne picada	Acelgas con cachelos *Lenguadina al limón*	Ensalada Tortilla de patatas	Verdura Chuleta de pavo al ajillo	Ensalada Sándwich
Ensalada Lasaña	Menestra de verduras Empanada de york y queso	Col verde Filete de pollo	Puré de verduras *Tortilla francesa con queso*	Fish and chips --- *Pescado: salchichas*
Puré verduras Huevos guisados	Sopa de ave Ternera con jardineras	Patatas Huevo -- Huevo: ternera	Entremeses Arroz con tomate	VACACIONES
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES		