

MES: Mayo 2024

SANTA CATALINA LABOURE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
		1 FESTIVO	2 FESTIVO	3 FESTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
6 Salteado de borraja con patatas Hamburguesa a la plancha con champiñones Fruta de temporada y pan Stewed borage with potatoes Grilled hamburger with mushrooms Seasonal Fruit and bread	7 Macarrones con salsa de tomate Bacalao al horno con pimientos verdes Yogur (sin lactosa) y pan Macaroni with tomato sauce Baked cod with green peppers Yoghurt (lactose free) and bread	8 Judías verdes con patatas Pollo asado a la antigua con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan integral Green beans with potatoes Old-fashioned chicken with lettuce Seasonal Fruit and wholemeal bread	9 Alubias blancas salteadas con ajo y perejil Escalope casero con pimientos asados Yogur (sin lactosa) y pan Sautéed beans with garlic & parsley Homemade escalope with roasted peppers Yoghurt (lactose free) and bread	10 Puré de espinacas Lenguadina a la donostiarra con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan integral Spinach purée Donostia-style sole with lettuce & carrot Seasonal Fruit and wholemeal bread	VE: 2858/684 GT: 25 GS: 4 HC: 80 AZ: 20 PROT: 41 SAL: 2
13 Sopa de ave Albóndigas con tomate Fruta de temporada y pan Chicken soup Meatballs with tomato sauce Seasonal Fruit and bread	14 Puré de verduras Pasta con salsa de tomate Yogur (sin lactosa) y pan Vegetables purée Pasta with tomato sauce Yoghurt (lactose free) and bread	15 Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con pimientos Fruta de temporada y pan integral Rice with tomato sauce Chicken breast with peppers Seasonal Fruit and wholemeal bread	16 Judías verdes con refrito Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Yogur (sin lactosa) y pan Green beans with refried veggies Spanish omelette with lettuce Yoghurt (lactose free) and bread	17 Garbanzos con verduras (eco.) Filete de merluza en salsa verde Fruta de temporada y pan integral Chickpeas with vegetables (eco.) Hake in green sauce Seasonal Fruit and wholemeal bread	VE: 2631/629 GT: 14 GS: 3 HC: 94 AZ: 20 PROT: 35 SAL: 1
20 Salteado de borraja con patatas Lomo a la plancha con ensalada Fruta de temporada y pan Stewed borage with potatoes Grilled tenderloin with salad Seasonal Fruit and bread	21 Crema de calabacín Estofado campesino con magro Yogur (sin lactosa) y pan Zucchini cream Country stew with lean meat Yoghurt (lactose free) and bread	22 Macarrones al ajillo Lenguado al horno con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan integral Garlic macaroni Baked flounder with lettuce Seasonal Fruit and wholemeal bread	23 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa con atún con tomate natural Yogur (sin lactosa) y pan Stewed pinto beans Tuna omelette with fresh tomatoes Yoghurt (lactose free) and bread	24 Salteado de acelgas con patatas Albóndigas de pollo a la jardinera Fruta de temporada y pan integral Sautéed swiss chard & potatoes Chicken meatballs with vegetables Seasonal Fruit and wholemeal bread	VE: 2507/600 GT: 16 GS: 3 HC: 78 AZ: 18 PROT: 39 SAL: 2
27 Lentejas a la campesina Jamoncitos de pollo asados con champiñones salteados Fruta de temporada y pan Vegetables lentils Grilled chicken thigh with sautéed mushrooms Seasonal Fruit and bread	28 Crema de coliflor Gratén de huevos con tomate Yogur (sin lactosa) y pan Cream of cauliflower Eggs au gratin with tomato Yoghurt (lactose free) and bread	29 Garbanzos estofados Hamburguesa al horno con salsa de zanahoria Fruta de temporada y pan integral Stewed chickpeas Baked hamburger with carrot sauce Seasonal Fruit and wholemeal bread	30 Arroz a la cubana Filete de gallo a la plancha Yogur (sin lactosa) y pan Cuban style rice Grilled four-spot megrim Yoghurt (lactose free) and bread	31 Puré de zanahoria Bistec de magro a la plancha con pimientos asados Fruta de temporada y pan integral Carrot purée Pork steak with roasted peppers Seasonal Fruit and wholemeal bread	VE: 2928/700 GT: 21 GS: 4 HC: 100 AZ: 18 PROT: 42 SAL: 2