

# MENÚ NOVIEMBRE 2021 - MENU NOVEMBER 2021

## MENÚ BASAL & SIN GLUTEN – GLUTEN-FREE & STANDARD MENU

### THE ENGLISH SCHOOL OF ASTURIAS

LUNES - MONDAY	MARTES – TUESDAY	MIÉRCOLES – WEDNESDAY	JUEVES – THURSDAY	VIERNES - FRIDAY
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
		<p>SALMOREJO CON TACOS DE JAMÓN TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA FRUTA FRESCA O TARTA CASERA SALMOREJO WITH DICED HAM POTATO OMELETTE WITH SALAD FRESH FRUIT OR HOMEMADE SPONGE</p>	<p>ESPIRALES DE BONITO &amp; PISTO DE VERDURAS JAMÓN ASADO CON ENSALADA YOGUR  PASTA TWIRLS WITH TUNA AND VEGETABLE SAUCE ROAST HAM WITH SALAD YOGHURT</p>	<p>ARROZ CON PISTO DE VERDURAS SALMÓN AL HORNO CON ENSALADA FRUTA FRESCA  RICE AND VEGETABLE STEW OVEN BAKED SALMON WITH SALAD FRESH FRUIT</p>
<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
<p>MENESTRA DE VERDURAS LASAÑA DE CARNE FRUTA FRESCA  VEGETABLE SOUP MEAT LASAGNE FRESH FRUIT</p>	<p>COCIDO DE GARBANZOS MERLUZA EN SALSA VERDE CON PATATAS COCIDAS YOGUR  CHICKPEA STEW HAKE IN GREEN VEGETABLE SAUCE WITH BOILED POTATOES YOGHURT</p>	<p>MACARRONES BOLOÑESA LOMO A LA PLANCHA CON ENSALADA FRUTA FRESCA  MACARRONI BOLOGNAISE GRILLES PORK WITH SALAD FRESH FRUIT</p>	<p>ARROZ TRES DELICIAS (PAVO, HUEVO Y GUISANTES) TORTILLA DE BONITO NATILLAS DE CHOCOLATE O FRUTA FRESCA MIXED RICE WITH TURKEY, EGG &amp; PEAS TUNA OMELETTE CHOCOLATE CUSTARD OR FRESH FRUIT</p>	<p>LENTEJAS ESTOFADAS MUSLO DE POLLO ASADO CON VERDURAS Y PATATAS ASADAS FRUTA FRESCA  LENTIL STEW ROAST CHICKEN LEG WITH VEGETABLES &amp; BAKED POTATOES FRESH FRUIT</p>
<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
<p>CREMA DE CALABACÍN ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA YOGURT O FRUTA FRESCA COURGETTE SOUP CHICKEN FILLETS WITH SALAD YOGHURT O FRESH FRUIT</p>	<p>FABAS ESTOFADAS SOLOMILLO DE CERDO CON PATATA PIÑA EN SU JUGO  BEAN STEW PRIME PORK FILLET WITH POTATOES PINEAPPLE IN NATURAL JUICE</p>	<p>SOPA DE AVE CON ESTRELLAS BACALAO AL HORNO CON ENSALADA FRUTA FRESCA CHICKEN BROTH WITH PASTA STARS OVEN BAKED COD WITH SALAD FRESH FRUIT</p>	<p>PURE DE VERDURAS, ZANAHORIA Y PATATA PIZZA FRESCA DE YORK Y HUEVO NATILLAS O FRUTA  POTATO, CARROT &amp; VEGETABLE SOUP FRESH HAM &amp; EGG PIZZA CUSTARD PUDDING OR FRESH FRUIT</p>	<p>CANELONES DE CARNE RABAS CON ENSALADA FRUTA FRESCA  MEAT CANELONI SQUID WITH SALAD FRESH FRUIT</p>
<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
<p>ENSALADA DE PASTA CON TACOS DE QUESO, PAVO, TOMATE Y CEBOLLA MERLUZA A LA GALLEGA YOGUR PASTA SALAD WITH CHEESE, TURKEY, TOMATO &amp; ONION CHUNKS GALICIAN HAKE YOGHURT</p>	<p>GARBANZOS CON BACALAO LOMO ASADO CON PATATA ASADA FLAN O FRUTA FRESCA  CHICKPEAS WITH COD ROAST PORK WITH ROAST POTATOES FLAN OR FRESH FRUIT</p>	<p>CREMA DE CALABAZA ESTOFADO DE PAVO CON VERDURAS MACEDONIA DE FRUTAS  PUMPKIN SOUP TURKEY STEW WITH VEGETABLES FRUIT SALAD</p>	<p>PIMIENTOS RELLENOS  TORTILLA DE PATATA YOGUR  STUFFED PEPPERS POTATO OMELETTE YOGHURT</p>	<p>ALUBIAS NEGRAS CON ARROZ FRITOS DE PIXÍN CON ENSALADA FLAN O FRUTA FRESCA  BLACK BEANS WITH RICE FRIED MONKFISK WITH SALAD FLAN OR FRESH FRUIT</p>
<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>1 DEC</b>
<p>MACARRONES A LA BOLOÑESA TORTILLA FRANCESA DE YORK &amp; ENSALADA FRUTA FRESCA  MACCARONI BOLOGNAISE HAM OMELETTE WITH SALAD FRESH FRUIT</p>	<p>LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ ATÚN EN SALSA YOGHURT  LENTIL STEW WITH RICE TUNA IN SAUCE YOGHURT</p>	<p>ARROZ CON SALSA DE TOMATE LOMO AL HORNO CON PATATAS FRUTA FRESCA  RICE WITH TOMATO SAUCE BAKED SIDE OF PORK WITH POTATOES FRESH FRUIT</p>	<p>PURÉ DE GARBANZOS Y VERDURAS ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA YOGUR  CHICK PEA AND VEGETABLE SOUP FILLET OF CHICKEN WITH SALAD YOGHURT</p>	<p>PIZZA FRESCA DE YORK Y ACEITUNAS LENGUADINA AL AJILLO CON PANADERA FRUTA FRESCA O NATILLAS FRESH PIZZA WITH HAM &amp; OLIVES GARLIC SOLE WITH BAKER FRIES FRESH FRUIT OR CUSTARD PUDDING</p>