

ESCUELA INFANTIL CEM - NOVEMBER 2021

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY	
1	2	3	4	5	
<p style="font-size: 2em; text-align: center;">NOT A SCHOOL DAY</p>	Judías verdes rehogadas con tomate Sauteed green beans with tomato sauce	Patatas guisadas con pescado (4,12) Fish with potatoes stew	Sopa de cocido (1,3) Soup	Arroz con tomate Boiled rice with tomato sauce	
	Jamón de york villarroy con ensalada (1,3,7) Breaded ham & cheese with salad	Tortilla francesa con ensalada (3) Plain omelette & salad	Complemento (6) "Complemento": chick-peas, meat, vegetables stew	Fil. De merluza en salsa con verduritas (4) Hake cooked with sauce & vegetables	
	Yogur/Dairy Kcal 510 Lip 30,0 Prot. 17,4 Hcar 45	Fruta de temporada/Fresh fruit Kcal 554 Lip 26,6 Prot. 18,8 Hcar 64	Fruta de temporada/Fresh fruit Kcal 431 Lip 25,3 Prot. 17,1 Hcar 36	Fruta de temporada/Fresh fruit Kcal 490 Lip 27,0 Prot. 12,6 Hcar 52	
	8	9	10	11	12
	Crema hortelana al queso (6,12) Crema of vegetables soup with cheese	Fideuá de verduras (1,3) "Fideua"	Arroz Tres Delicias (2,3,6) Special fried rice	Judías blancas con chorizo (6) "Chorizo" with bean stew	Guisantes rehogados con bacon Peas & bacon
Albóndigas de ternera c/patatas (1,3,6,12) Veal meatballs with fries	Fil. limanda a la Andaluza c/ensalada (1,4) Breaded fillet fish with salad	Empanadillas de atún con ensalada (1,3,4) Tuna pastries with salad	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3) Spanish potatoe omelette with salad	Roti de pavo asado con puré de patata (7) Turkey roti with mashed potatoe	
Fruta de temporada/ Fresh fruit Kcal 509 Lip 26,0 Prot. 26,4 Hcar 45	Yogur/Dairy Kcal 526 Lip 32,9 Prot. 22,7 Hcar 37	Fruta de temporada/Fresh fruit Kcal 549 Lip 27,1 Prot. 20,2 Hcar 60	Fruta de temporada/Fresh fruit Kcal 489 Lip 32,6 Prot. 14,9 Hcar 36	Fruta de temporada/Fresh fruit Kcal 436 Lip 15,7 Prot. 28,4 Hcar 48	
15	16	17	18	19	
Lentejas estofadas con verduras Vegetables with lentils stew	Sopa de pescado con arroz (2,4,14) Fish soup & rice	Macarrones con tomate (1,3) Maccaronni with tomato sauce	Crema de calabacín y puerros c/picatostes (1) Crema of zucchini and leeks soup with croutons	Sopa de estrellas (1,3) Pasta soup	
Huevos revueltos c/ensalada Scrambled eggs with salad	Pollo asado con patatas fritas Roast chicken with fresh fries	Limanda en salsa marinera (2,4,14) Fish fillet in seafood sauce	Ternera guisada con jardinera de verduras Chicken cooked & vegetables sauce	Croquetas de bacalao c/ensalada (1,3,4,6,7) Cod croquettes with salad	
Fruta de temporada/ Fresh fruit Kcal 533 Lip 26,5 Prot. 28,4 Hcar 48	Yogur/Dairy Kcal 530 Lip 22,1 Prot. 24,6 Hcar 62	Fruta de temporada/Fresh fruit Kcal 431 Lip 25,3 Prot. 17,1 Hcar 36	Fruta de temporada/Fresh fruit Kcal 501 Lip 21,1 Prot. 18,4 Hcar 63	Fruta de temporada/Fresh fruit Kcal 549 Lip 27,1 Prot. 20,2 Hcar 60	
22	23	24	25	26	
Judías verdes con tomate Green beans & tomato	Patatas marineras (2,4,14) Seafood potatoes casserole	Puré de verduras naturales Crema of fresh vegetables soup	Sopa de cocido (1,3) Soup	Arroz Milanesa (3,6) "Milanesa" style rice	
Hamburguesa c/tomate y patatas dado (1,6,7,12) Veal burger with tomato and fries	Huevos villarroy con ens. De lechuga y tomate (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14) Eggs villarroy & salad	Fil. limanda a la romana c/pasta salteada (1,3,4) Breaded fish with pasta sautéed	Complemento (6) "Complemento": chick-peas, meat, vegetables stew	Salmón al horno con jardinera (4) Salmon & vegetables	
Fruta de temporada/ Fresh fruit Kcal 556 Lip 14,8 Prot. 28,9 Hcar 82	Yogur/Dairy Kcal 431 Lip 25,3 Prot. 17,1 Hcar 36	Fruta de temporada/Fresh fruit Kcal 501 Lip 31,6 Prot. 18,1 Hcar 39	Fruta de temporada/Fresh fruit Kcal 494 Lip 16,8 Prot. 22,4 Hcar 67	Fruta de temporada/Fresh fruit Kcal 508 Lip 25,9 Prot. 16,9 Hcar 55	
29	30	Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano.			
Tallarines Carbonara (1,3,6,7) Noodles Carbonara	Puré de calabaza con picatostes (1) Cream of pumpkin soup w/croutons				
F. merluza a la Andaluza con ensalada (1,4) Breaded hake fillette with salad	Pollo asado con patatas fritas Roasted chicken with fries				
Fruta de temporada/ Fresh fruit Kcal 531 Lip 23,3 Prot. 40,2 Hcar 54	Yogur/Dairy Kcal 409 Lip 23,0 Prot. 34,6 Hcar 34				



COLEGIO EUROPEO DE MADRID

ESCUELA INFANTIL CEM - Menú sin gluten - NOVEMBER 2021

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
NOT A SCHOOL DAY	Judías verdes rehogadas con tomate	Patatas guisadas con pescado (4,12)	Sopa de cocido (esp.sin alergenos)	Arroz con tomate
	Sauteed green beans with tomato sauce	Fish with potatoes stew	Soup	Boiled rice with tomato sauce
	Jamón de york villarroy con ensalada (harina de maíz,3,7)	Tortilla francesa con ensalada (3)	Complemento (6)	Fil. De merluza en salsa con verduras (4)
	Breaded ham & cheese with salad	Plain omelette & salad	"Complemento": chick-peas, meat, vegetables stew	Hake cooked with sauce & vegetables
Yogur/Dairy	Yogur/Dairy	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit
8	9	10	11	12
Crema hortelana al queso (6,12)	Fideuá de verduras (1,3)	Arroz Tres Delicias (2,3,6)	Judías blancas con chorizo (6)	Guisantes rehogados con bacon
Crema of vegetables soup with cheese	"Fideua"	Special fried rice	"Chorizo" with bean stew	Peas & bacon
Albóndigas esp.sin alergenos c/patatas (12)	Fil. limanda a la Andaluza c/ensalada (harina de maíz,4)	Lomo con pimientos verdes	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Ragout de pavo asado con puré de patata (7)
Veal meatballs with fries	Breaded fillet fish with salad	Pork loin with peppers	Spanish potatoe omelette with salad	Turkey roti with mashed potatoe
Fruta de temporada/ Fresh fruit	Yogur/Dairy	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit
15	16	17	18	19
Lentejas estofadas con verduras	Sopa de pescado con arroz (2,4,14)	Macarrones con tomate (esp.sin alergenos)	Crema de calabacín y puerros	Sopa de estrellas (esp.sin alergenos)
Vegetables with lentils stew	Fish soup & rice	Maccaronni with tomato sauce	Crema of zucchini and leeks soup	Pasta soup
Huevos revueltos c/ensalada	Pollo asado con patatas fritas	Limanda en salsa marinera (2,4,14)	Ternera guisada con jardinera de verduras	Bacalao al horno c/ensalada (4)
Scrambled eggs with salad	Roast chicken with fresh fries	Fish fillet in seafood sauce	Chicken cooked & vegetables sauce	Oven backed cod with salad
Fruta de temporada/ Fresh fruit	Yogur/Dairy	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit
22	23	24	25	26
Judías verdes con tomate	Patatas marineras (2,4,14)	Puré de verduras naturales	Sopa de cocido (esp.sin alergenos)	Arroz Milanesa (3,6)
Green beans & tomato	Seafood potatoes casserole	Crema of fresh vegetables soup	Soup	"Milanesa" style rice
Hamburguesa (esp.sin alergenos) c/tomate y patatas dado (12)	Tortilla francesa (3) con ens. De lechuga y tomate	Fil. limanda a la romana (harina de maíz, 3,4) c/pasta especial sin alergenos salteada	Complemento (6)	Salmón al horno con jardinera (4)
Veal burger with tomato and fries	Plain omelette with salad	Breaded fish with pasta sautéed	"Complemento": chick-peas, meat, vegetables stew	Salmon & vegetables
Fruta de temporada/ Fresh fruit	Yogur/Dairy	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit
29	30			
Tallarines (esp.sin alergenos) carbonara (6,7)	Puré de calabaza			
Noodles Carbonara	Cream of pumpkin soup			
F. merluza a la Andaluza c/ensalada (harina de maíz,4)	Pollo asado con patatas fritas			
Breaded hake fillete with salad	Roasted chicken with fries			
Fruta de temporada/ Fresh fruit	Yogur/Dairy			



ESCUELA INFANTIL CEM - Menú sin carne de cerdo - NOVEMBER 2021

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
NOT A SCHOOL DAY	Judías verdes rehogadas con tomate	Patatas guisadas con pescado (4,12)	Sopa de fideos (1,3)	Arroz con tomate
	Sauteed green beans with tomato sauce	Fish with potatoes stew	Soup	Boiled rice with tomato sauce
	Jamón de york de pavo villarroy con ensalada (1,3,7)	Tortilla francesa con ensalada (3)	Complemento sin carne de cerdo	Fil. De merluza en salsa con verduritas (4)
	Breaded ham & cheese with salad	Plain omelette & salad	"Complemento": chick-peas, meat, vegetables stew	Hake cooked with sauce & vegetables
	Yogur/Dairy	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit
8	9	10	11	12
Crema hortelana al queso (6,12)	Fideuá de verduras (1,3)	Arroz con tomate	Judías blancas con verduras	Guisantes rehogados
Crema of vegetables soup with cheese	"Fideua"	Boiled rice with tomato sauce	Vegetables with bean stew	Sautéed peas
Albóndigas de ternera c/patatas (1,3,6,12)	Fil. limanda a la Andaluza c/ensalada (1,4)	Empanadillas de atún con ensalada (1,3,4)	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Roti de pavo asado con puré de patata (7)
Veal meatballs with fries	Breaded fillet fish with salad	Tuna pastries with salad	Spanish potatoe omelette with salad	Turkey roti with mashed potatoe
Fruta de temporada/ Fresh fruit	Yogur/Dairy	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit
15	16	17	18	19
Lentejas estofadas con verduras	Sopa de pescado con arroz (2,4,14)	Macarrones con tomate (1,3)	Crema de calabacín y puerros c/picatostes (1)	Sopa de estrellas (1,3)
Vegetables with lentils stew	Fish soup & rice	Maccaronni with tomato sauce	Crema of zucchini and leeks soup with croutons	Pasta soup
Huevos revueltos c/ensalada	Pollo asado con patatas fritas	Limanda en salsa marinera (2,4,14)	Ternera guisada con jardinera de verduras	Croquetas de bacalao c/ensalada (1,3,4,6,7)
Scrambled eggs with salad	Roast chicken with fresh fries	Fish fillet in seafood sauce	Chicken cooked & vegetables sauce	Cod croquettes with salad
Fruta de temporada/ Fresh fruit	Yogur/Dairy	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit
22	23	24	25	26
Judías verdes con tomate	Patatas marineras (2,4,14)	Puré de verduras naturales	Sopa de fideos (1,3)	Arroz Milanesa (3,6)
Green beans & tomato	Seafood potatoes casserole	Crema of fresh vegetables soup	Soup	"Milanesa" style rice
Hamburguesa de ternera c/tomate y patatas dado (1,6,7,12)	Huevos villarroy con ens. De lechuga y tomate (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)	Fil. limanda a la romana c/pasta salteada (1,3,4)	Complemento sin carne de cerdo	Salmón al horno con jardinera (4)
Veal burger with tomato and fries	Eggs villarroy & salad	Breaded fish with pasta sautéed	"Complemento": chick-peas, meat, vegetables stew	Salmon & vegetables
Fruta de temporada/ Fresh fruit	Yogur/Dairy	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit
29	30			
Tallarines Carbonara (1,3,sin bacon,7)	Puré de calabaza con picatostes (1)			
Noodles Carbonara	Cream of pumpkin soup w/croutons			
F. merluza a la Andaluza con ensalada (1,4)	Pollo asado con patatas fritas			
Breaded hake fillete with salad	Roasted chicken with fries			
Fruta de temporada/ Fresh fruit	Yogur/Dairy			

ESCUELA INFANTIL CEM - Menú sin frutos secos ni pescado - NOVEMBER 2021

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
NOT A SCHOOL DAY	Judías verdes rehogadas con tomate	Patatas guisadas con pescado (4,12)	Sopa de cocido (1,3)	Arroz con tomate
	Sauteed green beans with tomato sauce	Fish with potatoes stew	Soup	Boiled rice with tomato sauce
	Jamón de york villarroy con ensalada (1,3,7)	Tortilla francesa con ensalada (3)	Complemento (6)	Pollo en salsa con verduritas (4)
	Breaded ham & cheese with salad	Plain omelette & salad	"Complemento": chick-peas, meat, vegetables stew	Chicken cooked with sauce & vegetables
	Yogur/Dairy	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit
8	9	10	11	12
Crema hortelana al queso (6,12)	Fideuá de verduras (1,3)	Arroz Tres Delicias (no gambas,3,6)	Judías blancas con chorizo (6)	Guisantes rehogados con bacon
Crema of vegetables soup with cheese	"Fideua"	Special fried rice	"Chorizo" with bean stew	Peas & bacon
Albóndigas de ternera c/patatas (1,3,6,12)	Filete de pollo c/ensalada	Lomo con pimientos verdes	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Roti de pavo asado con puré de patata (7)
Veal meatballs with fries	Chicken fillet with salad	Pork loin with peppers	Spanish potatoe omelette with salad	Turkey roti with mashed potatoe
Fruta de temporada/ Fresh fruit	Yogur/Dairy	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit
15	16	17	18	19
Lentejas estofadas con verduras	Sopa de arroz	Macarrones con tomate (1,3)	Crema de calabacín y puerros c/picatostes (1)	Sopa de estrellas (1,3)
Vegetables with lentils stew	Soup & rice	Maccaronni with tomato sauce	Crema of zucchini and leeks soup with croutons	Pasta soup
Huevos revueltos c/ensalada	Pollo asado con patatas fritas	Chuleta de sajonia con ensalada	Ternera guisada con jardinera de verduras	Salchichas de pavo con tomate y patatas
Scrambled eggs with salad	Roast chicken with fresh fries	Roasted lacon with carrots	Chicken cooked & vegetables sauce	Turkey sausages with tomato and fries
Fruta de temporada/ Fresh fruit	Yogur/Dairy	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit
22	23	24	25	26
Judías verdes con tomate	Patatas guisadas con verduras	Puré de verduras naturales	Sopa de cocido (1,3)	Arroz Milanesa (3,6)
Green beans & tomato	Stwed potatoes with vegetables	Crema of fresh vegetables soup	Soup	"Milanesa" style rice
Hamburguesa c/tomate y patatas dado (1,6,7,12)	Tortilla francesa (3) con ens. De lechuga y tomate	Fil. De pavo c/pasta salteada (1,3)	Complemento (6)	Pollo al horno con jardinera
Veal burger with tomato and fries	Plain omelette with salad	Turkey fillet with pasta sautéed	"Complemento": chick-peas, meat, vegetables stew	Chicken & vegetables
Fruta de temporada/ Fresh fruit	Yogur/Dairy	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit	Fruta de temporada/Fresh fruit
29	30			
Tallarines Carbonara (1,3,6,7)	Puré de calabaza con picatostes (1)			
Noodles Carbonara	Cream of pumpkin soup w/croutons			
Cinta de lomo con ensalada	Pollo asado con patatas fritas			
Pork loin with salad	Roasted chicken with fries			
Fruta de temporada/ Fresh fruit	Yogur/Dairy			