



Alimentos cercanos para un menú más ecológico

DIETA SIN PESCADO, CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS

Febrero 2018

Colegio Alemán

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Del 1 al 2 S4				Arroz ecológico con salsa de tomate y huevo ecológico (H) Ternera a la plancha con ensalada Fruta ecológica Pan ecológico de Ecomonegros (GL)	Alubias blancas ecológicas con borraja Ternera de Aragón guisada Fruta de temporada
Del 5 al 9 S5	Arroz ecológico con verduras Lomo adobado a la plancha con lechuga (SJ+L) Fruta de temporada	Crema de calabaza ecológica con queso fresco de El Burgo de Ebro (L) Pechuga empanada con rodaja de tomate (GL+H) Yogur artesano de Villacorona (L)	Lentejas ecológicas con verduras y con arroz integral del Pirineo Aragonés Ternera de Aragón asada con salsa de setas Fruta ecológica Pan ecológico de Ecomonegros (GL)	Macarrones ecológicos gratinados con queso rallado de El Burgo de Ebro (GL+L) Pechuga de pavo a la plancha con lechuga Fruta de temporada	Acelgas ecológicas rehogadas con patata Albóndigas al horno en salsa de zanahoria, cebolla, laurel (SJ) Fruta de temporada
Del 12 al 16 S6	Arroz ecológico a la milanesa Pechuga de pollo a la plancha con ensalada Fruta de temporada	Guisantes con patata a cuadro y jamón de Teruel Cinta de lomo con champiñón y ensalada Fruta de temporada	Borraja ecológica con patata Salchichas frescas de Aragón al horno con salsa de tomate (SJ+L) Fruta de temporada Pan ecológico de Ecomonegros (GL)	Garbanzos ecológicos con verduras Ternera a la plancha con ensalada Fruta ecológica	Sopa de fideos ecológicos (GL) Muslitos de pollo asados con patata panadera y lechuga Yogur artesano de Villacorona (L)
Del 19 al 23 S1	Lentejas ecológicas estofadas con arroz integral del Pirineo Aragonés Pechuga de pollo a la plancha con ensalada Fruta de temporada	Judías verdes con patata Pollo asado con verduras y ensalada Fruta ecológica	Macarrones ecológicos a la napolitana (GL + L) Librillo casero de jamón y queso con lechuga (GL + H + SJ + L) Fruta de temporada Pan ecológico de Ecomonegros (GL)	Crema suave de acelgas ecológicas con manzana de Aragón Albóndigas en salsa de zanahoria, cebolla y laurel (SJ) Yogur artesano de Villacorona (L)	Arroz ecológico con verduritas Lomo adobado con lechuga (SJ+L) Fruta de temporada
Del 26 al 28 S2	Sopa de pasta ecológica (GL) Estofado de ternera de Aragón con verduras y patata Fruta de temporada	Brócoli con patata Lomo de cerdo con tomate, cebolla y pimiento rojo Yogur artesano de Villacorona (L)	Arroz ecológico con pollo Pechuga de pollo a la plancha con ensalada Fruta de temporada Pan ecológico de Ecomonegros (GL)		

Todos los menús incluyen ración de pan.

• **Información contenido de alérgenos declarables (R.D. 126/2005 y Reglamento (UE) n° 1169/2011):**

GL: Gluten // CR: Crustáceos // H: Huevo // PS: Pescado // CC: Cacahuets // SJ: Soja // L: Leche (lactosa) // FC: Frutos de cáscara // AP: Apio // MS: Mostaza // SS: Sésamo // SL: Sulfitos y dióxido de azufre // AL: Altramucos // ML: Moluscos

Elaborado por: Dpto. Calidad / Revisado por: Dpto. Calidad R.72.01.06

La programación de los menús para dietas especiales se realiza de forma que cumple con el análisis nutricional medio indicado en el menú basal.