



Alimentos cercanos para un menú más ecológico

DIETA SIN HUEVO

COLEGIO ALEMÁN
Mayo 2018

| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|--------------------|---|--|---|--|--|
| Del 1 al 4 S5 | | FIESTA | Lentejas ecológicas con verduras Pechuga a la plancha con lechuga Fruta de temporada | Espaguetis ecológicos a la napolitana (GL+L) Bacalao al Orio con lechuga (PS) Fruta ecológica Pan ecológico de Ecomonegros (GL) | Judías verdes con patata Pavo guisado con verduras Yogur artesano de Villacorona (L) |
| Del 7 al 11 S6 | Crema de guisantes con crujiente de jamón de Teruel Hamburguesa a la plancha con patatas fritas (SL) Fruta de temporada | Macarrones ecológicos a la Carbonara (GL) Merluza a la plancha con lechuga (PS) Fruta de temporada | Acelgas ecológicas con patata rehogadas con ajo Escalope de ternera con lechuga Yogur artesano de Villacorona (L) Pan ecológico de Ecomonegros (GL) | Arroz ecológico de pescado (CR+PS+SL+AP+ML) Contramuslo a la plancha con rodaja de tomate Fruta ecológica | Alubias pintas con verduras Lomo adobado a la plancha con lechuga (SJ+L) Fruta de temporada |
| Del 14 al 18 S1 | Arroz ecológico con salsa de tomate Pescadilla a la plancha con lechuga (PS) Fruta de temporada | Judías verdes con patata Magro a la riojana (SJ) Fruta de temporada | Garbanzos ecológicos guisados con verduras Merluza en salsa (PS+AP) Yogur artesano de Villacorona (L) | Espaguetis ecológicos con chorizo (GL+L) Pechuga a la plancha con lechuga Fruta ecológica Pan ecológico de Ecomonegros (GL) | Puré de verduras de temporada Pollo en su jugo con zanahoria y lechuga Fruta de temporada |
| Del 21 al 25 S2 | Lentejas ecológicas con verduras Cinta de lomo con champiñón Fruta de temporada | Alubias pintas con arroz integral del Pirineo Aragonés y verduras Albóndigas Al horno (SJ+SL) Fruta de temporada | Arroz ecológico con verduritas y taquitos de jamón york (SJ) Bacalao con salsa de tomate y cebolla (PS) Fruta ecológica Pan ecológico de Ecomonegros (GL) | Acelgas ecológicas con patata y refrito de ajo y pimentón Pechuga a la plancha con lechuga Yogur artesano de Villacorona (L) | Espirales ecológicas con tomate (GL) Palometa a la plancha con lechuga (PS) Fruta de temporada |
| Del 28 al 31 S3 | Judías verdes con patata Jamoncitos de pollo a la chilindrón Fruta de temporada | Pasta ecológica con tomate y boloñesa de ternera de Aragón (GL) Merluza a la plancha con lechuga (PS) Fruta de temporada | Crema de calabacín ecológico con queso (L+SL) Lomo adobado a la plancha con lechuga (SJ+L) Yogur artesano de Villacorona (L) Pan ecológico de Ecomonegros (GL) | Arroz ecológico con verduras Ternera de Aragón asada con salsa de setas Fruta ecológica | |

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

- 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) //

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

FC: Frutos de cáscara // AP: Apio // MS: Mostaza // SS: Sésamo // SL: Sulfitos y dióxido de azufre // AL: Altramuces // ML: Moluscos