



# Alimentos cercanos para un menú más ecológico

## DIETA SIN PESCADO, CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS

Junio 2018  
Colegio

### Alemán

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Del 1 al 154					<p><b>Alubias blancas ecológicas</b> con borraja</p> <p>Pechuga de pollo en salsa de queso con ensalada (L)</p> <p>Fruta de temporada</p>
Del 4 al 855	<p><b>Arroz ecológico</b> con verduras</p> <p>Lomo adobado a la plancha con lechuga (SJ+L)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Ensalada alemana (H+SJ+MS+SL)</p> <p>Pechuga empanada con rodaja de tomate (GL+H)</p> <p>Helado (L)</p>	<p><b>Lentejas ecológicas</b> con verduras y con arroz integral del Pirineo Aragonés</p> <p>Bistec de ternera a la plancha con patatas fritas</p> <p><b>Fruta ecológica</b></p> <p><b>Pan ecológico de Ecomonegros (GL)</b></p>	<p><b>Macarrones ecológicos</b> gratinados con queso rallado de El Burgo de Ebro (GL+L)</p> <p>Pechuga de pavo a la plancha con lechuga</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><b>Acelgas ecológicas</b> rehogadas con patata</p> <p>Albóndigas al horno en salsa de zanahoria, cebolla, laurel (SJ)</p> <p>Fruta de temporada</p>
Del 11 al 1556	<p>Guisantes con patata a cuadro y jamón de Teruel</p> <p>Cinta de lomo con champiñón y ensalada</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><b>Arroz ecológico</b> a la milanesa</p> <p>Pechuga de pavo a la plancha con lechuga</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><b>Borraja ecológica</b> con patata</p> <p>Salchichas frescas de Aragón al horno con salsa de tomate (SJ+L)</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><b>Pan ecológico de Ecomonegros (GL)</b></p>	<p>Ensalada de <b>pasta ecológica</b> (GL+H)</p> <p>Filete de ternera a la plancha con ensalada</p> <p>Yogur artesano de Villacorona (L)</p>	<p><b>Crema de calabacín ecológico</b></p> <p>Muslitos de pollo asados con patata panadera</p> <p><b>Fruta ecológica</b></p>
Del 18 al 2051	<p><b>Lentejas ecológicas</b> estofadas con arroz integral del Pirineo Aragonés</p> <p>Filete de ternera a la plancha con ensalada</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Judías verdes con patata</p> <p>Contramuslo a la plancha con ajo aceite y ensalada</p> <p><b>Albaricoque ecológico</b></p>	<p><b>MENÚ FIN DE CURSO</b></p> <p>Hamburguesa completa con su pan, patatas fritas y ensalada (GL+SL)</p> <p>Helado (L)</p>		

• **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: Altramuces // ML: Moluscos

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