



# Alimentos cercanos para un menú más ecológico

## DIETA CELIACA

Febrero 2019

Colegio Alemán

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
					<p><b>Alubias blancas ecológicas</b> con borraja</p> <p>Chuleta de pavo a la plancha con ensalada</p> <p>Fruta de temporada</p>
Del 4 al 8 S5	<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><b>Crema de calabaza ecológica</b> con queso fresco de El Burgo de Ebro (L)</p> <p>Pechuga a la plancha con rodaja de tomate</p> <p>Yogur de Villacorona (L)</p>	<p><b>Lentejas ecológicas</b> con verduras y con arroz integral del Pirineo Aragonés</p> <p>Ternera de Aragón a la plancha con setas</p> <p><b>Fruta ecológica</b></p>	<p>Macarrones (sin gluten) con tomate</p> <p>Merluza al Orio con lechuga (PS)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><b>Acelgas ecológicas</b> rehogadas con patata</p> <p>Albóndigas al horno en salsa de tomate, cebolla, laurel (SJ)</p> <p>Fruta de temporada</p>
Del 11 al 18 S6	<p><b>Arroz ecológico</b> a la milanesa</p> <p>Pescadilla a la plancha con lechuga</p> <p>Fruta de temporada</p>	<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>Borraja ecológica</b> con patata</p> <p>Salchichas frescas de Aragón al horno con salsa de tomate (SL)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><b>Garbanzos ecológicos</b> con verduras</p> <p>Bacalao con tomate, cebolla y huevo duro (PS+H)</p> <p><b>Fruta ecológica</b></p>	<p>Sopa de pasta sin gluten</p> <p>Muslitos de pollo asados con patata panadera y lechuga</p> <p>Yogur de Villacorona (L)</p>
Del 18 al 22 S1	<p><b>Lentejas ecológicas</b> estofadas con arroz integral del Pirineo Aragonés</p> <p>Salmón a la plancha con patata panadera (PS)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Judías verdes con patata</p> <p>Pollo asado con verduras y ensalada</p> <p><b>Fruta ecológica</b></p>	<p>Macarrones (sin gluten) con tomate</p> <p>Ternera a la plancha con ensalada</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Crema suave de <b>acelgas ecológicas</b> con manzana de Aragón</p> <p>Albóndigas en salsa de zanahoria, cebolla y laurel (SJ)</p> <p>Yogur de Villacorona (L)</p>	<p><b>Arroz ecológico</b> de pescado (CR+PS+SL+AP+ML)</p> <p>Lomo Sajonia a la plancha con lechuga (SJ+L)</p> <p>Fruta de temporada</p>
Del 25 al 28 S2	<p>Sopa de pasta sin gluten</p> <p>Estofado de ternera de Aragón con verduras</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli con patata</p> <p>Pechuga de pollo a la plancha con rodaja de tomate.</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Garbanzos con verduras</p> <p>Palometa al horno con lechuga (PS)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><b>JUEVES LARDERO</b></p> <p>Arroz con verduras</p> <p>Longaniza con tomate (L+SL)</p> <p>Natillas</p>	

Todos los menús incluyen ración de pan sin gluten.

• **Información contenido de alérgenos declarables (R.D. 126/2005 y Reglamento (UE) nº 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.