COMIDA / SIN HUEVO

COLEGIO ALEMÁN / mayo 2025

Educater

COLEGIO ALEMÁN
Deutsche Schule Zaragoza

Alianza Europea para una restauración colectiva sostenible
MENSA CIVICA

Slow Food

			1 **Festivo**	**2** **Festivo**
5 Arroz con pollo Ventresca de merluza en salsa verde Fruta de temporada Pan Pro: 40 Lip: 33 HC: 107 Kcal: 931	**6** Macarrones sin gluten con tomate Pechuga de pollo a la plancha Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan Pro: 38 Lip: 30 HC: 109 Kcal: 903	**7** Crema de verduras Eco Hamburguesa Patatas fritas Fruta de temporada Pan Pro: 26 Lip: 45 HC: 80 Kcal: 856	**8** Lentejas estofadas Pechuga de pavo a la plancha Ensalada Nº 2 Yogur Pan Pro: 62 Lip: 31 HC: 71 Kcal: 803	**9** Acelgas(eco) con patatas Pollo asado con cous cous Fruta de temporada Pan Pro: 32 Lip: 36 HC: 96 Kcal: 868
12 Judías verdes con patata Cinta de lomo de cerdo a la riojana Fruta de temporada Pan Pro: 37 Lip: 31 HC: 75 Kcal: 764	**13** Garbanzos estofados Palometa a la plancha Ensalada Nº 3 Fruta de temporada Pan Pro: 50 Lip: 36 HC: 90 Kcal: 903	**14** Brócoli ecológico rehogado con patata Alitas de pollo en salsa barbacoa Ensalada Nº 2 Fruta de temporada Pan Pro: 43 Lip: 40 HC: 72 Kcal: 845	**15** Arroz con tomate Salmón a la plancha Ensalada Nº4 Yogur Pan Pro: 41 Lip: 51 HC: 85 Kcal: 975	**16** Pasta sin gluten con verduras Pechuga de pollo a la plancha Fruta de temporada Pan Pro: 37 Lip: 18 HC: 101 Kcal: 760
19 Guisantes con jamon Pechuga de pavo a la plancha Patatas fritas Fruta de temporada Pan Pro: 44 Lip: 34 HC: 64 Kcal: 770	**20** Paella de verduras Albóndigas en salsa Fruta de temporada Pan Pro: 30 Lip: 33 HC: 91 Kcal: 831	**21** Coliflor(eco)a la gallega Pechuga de pollo a la plancha Fruta de temporada Pan Pro: 36 Lip: 17 HC: 48 Kcal: 525	**22** Macarrones sin gluten carbonara Bacalao a la plancha Ensalada Nº 1 Yogur Pan Pro: 43 Lip: 40 HC: 90 Kcal: 892	**23** Ensalada alemana sin huevo Pollo asado Pisto de verduras Fruta de temporada Pan Pro: 41 Lip: 44 HC: 67 Kcal: 857
26 Macarrones sin gluten con tomate Fogonero a la plancha Ensalada Nº4 Fruta de temporada Pan Pro: 39 Lip: 35 HC: 106 Kcal: 935	**27** Arroz con setas Lomo adobado a la plancha Verduras salteadas Fruta de temporada Pan Pro: 37 Lip: 34 HC: 102 Kcal: 891	**28** Crema de brócoli (eco) con queso Pechuga de pavo a la plancha Ensalada Nº 2 Fruta de temporada Pan Pro: 44 Lip: 32 HC: 72 Kcal: 770	**29** Alubias blancas estofadas Palometa a la plancha Ensalada Nº 3 Yogur Pan Pro: 52 Lip: 29 HC: 65 Kcal: 719	**30** Borrajas (eco) cocidas con patatas Pechuga de pollo a la plancha con pimientos Fruta de temporada Pan Pro: 45 Lip: 29 HC: 67 Kcal: 739

ALÉRGENOS: Altramuces, Apio, Cacahuetes, Gluten, Crustáceos, Sulfitos, Frutos secos, Sésamo, Huevo, Lácteos, Moluscos, Mostaza, Pescado, Soja