



## Alimentos cercanos para un menú más ecológico

OCTUBRE 2018

**SIN HUEVO**

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Del 1 al 5	Crema de calabaza, puerro y cúrcuma (SL) <b>Ternera IGP de Cantabria con salsa de cebolla, zanahoria y laurel</b> Fruta de temporada	Potaje de garbanzos con verduras Bacalao en salsa de tomate y cebolla (PS) Yogur (L)	<b>Arroz con verduras</b> Lomo adobado a la plancha con pimientos (SJ+L) Fruta de temporada	Lentejas con verduras Filete de pescadilla a la inglesa con ensalada (GL + PS) Fruta de temporada	Patatas al estilo Puente Viesgo (SJ+L) Alitas de pollo a la jardinera Fruta de temporada
Del 8 al 11	Judías verdes con patata Ternera IGP de Cantabria al horno con verduritas Fruta de temporada	Alubias blancas con verduras Salmón al horno con patata panadera (PS+SL) Natillas (L)	Sopa de cocido con <b>fideos ecológicos</b> y picadillo de carne (GL) Pavo guisado con verduritas Fruta de temporada	Garbanzos estofados con verduras Palometa empanada con ensalada (GL + PS) Fruta de temporada	<b>FIESTA</b>
Del 15 al 19	Arroz con pollo Lomos de merluza en salsa americana (PS) Fruta de temporada	Lentejas estofadas con verduritas <b>Pollo al horno ensalada</b> Yogur (L)	Crema de verduras de temporada con queso de nata de Cantabria (L+SL) Salchichas frescas de ave al horno con pimientos del piquillo (SL) Fruta de temporada	<b>Patatas en salsa verde con guisantes (SL)</b> Jamoncitos de pollo asados con verduritas Fruta de temporada	Alubias pintas con verduras Dados de atún con pisto de calabacín (PS) Fruta de temporada
Del 22 al 26	<b>Macarrones ecológicos</b> con tomate y atún (GL+PS) Jamón asado en su jugo con juliana de champiñón y zanahoria baby Fruta de temporada	Potaje de garbanzos con verduras Filete de pescadilla al horno con verduritas (PS) Yogur (L)	Puré de verduras de temporada Ternera IGP de Cantabria a la jardinera Fruta de temporada	Lentejas con verduras Bacalao empanado con ensalada (GL+PS) Fruta de temporada	Arroz blanco con salsa de tomate Pechuga de pollo empanada con salteado de champiñones (GL) Fruta de temporada

• **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