



Alimentos cercanos para un menú más ecológico

CEIP FLAVIO SAN ROMÁN SIN GLUTEN

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Del 1 al 2				Crema de calabacín ecológico, puerro y cúrcuma (SL) Tortilla de patata al horno con ensalada de tomate (H) Yogur (L)	Pasta ecológica sin gluten con salsa de tomate Ventresca de merluza (Certificada en Pesca Sostenible) en salsa verde (PS) Fruta de temporada
Del 5 al 9	Puré de verduras de temporada (SL) Muslitos de pollo asados al limón con patata panadera (SL) Fruta de temporada	Sopa de cocido con fideos ecológicos sin gluten y picadillo de pollo Potaje de garbanzos con chorizo Yogur (L)	Judías verdes con patata Jamón asado en su jugo con laminado de champiñón Fruta de temporada	Alubias blancas con verduras Ternera IGP de Cantabria a la jardinera con patata en dado (SL) Yogur (L)	Arroz con salsa de tomate Bacalao al horno con ensalada (PS) Fruta de temporada
Del 13 al 16	FIESTA	Lentejas con verduras Tortilla de patata y cebolla al horno con ensalada (H) Yogur (L)	Crema de zanahoria ecológica especiada (SL) Ternera IGP de Cantabria en salsa española Fruta de temporada	Alubias pintas con verduras Pescadilla al horno con ensalada (PS) Yogur (L)	Sorropotún (Patatas con atún) (PS+SL) Lomo a la riojana con pimientos del piquillo Fruta de temporada
Del 19 al 23	Puré de verduras de temporada (SL) Salchichas frescas de cerdo al horno con cebolla pochada (SL) Fruta de temporada	Pasta ecológica sin gluten con salsa de tomate Salmón al horno con patata panadera (PS+SL) Yogur (L)	Lentejas con verduras Tortilla francesa con ensalada (H) Fruta de temporada	Patatas en salsa verde con guisantes y huevo duro (SL+H) Ternera IGP de Cantabria en salsa de setas Yogur (L)	Garbanzos estofados con verduras Pescadilla al horno con ensalada (PS) Fruta de temporada
Del 26 al 30	Lentejas con verduras Alitas de pollo con salsa barbacoa casera Fruta de temporada	Sopa de cocido con fideos ecológicos sin gluten y picadillo de pollo Tortilla de patata y calabacín al horno con ensalada (H) Yogur (L)	Alubias blancas con verduras Ventresca de merluza (Certificada en Pesca Sostenible) en salsa verde (PS) Fruta de temporada	Crema de zanahoria ecológica con cúrcuma y jengibre (SL) Pavo guisado con verduras y patata en dado (SL) Yogur (L)	Arroz al estilo tres delicias (H+CR+PS+ML) Dados de atún con pisto de calabacín (PS) 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: Cacahuetes // 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