



Alimentos cercanos para un menú más ecológico

CEIP FLAVIO SAN ROMÁN SIN LENTEJAS

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Del 1 al 4		<p>Crema de calabacín ecológico con puerro y cúrcuma (SL)</p> <p>Jamón asado en su jugo con laminado de champiñón y zanahoria baby</p> <p>Yogur (L)</p>	<p>Alubias blancas con verduritas</p> <p>Tortilla de patata y cebolla con ensalada de tomate (H)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Sopa de cocido con fideos ecológicos y picadillo de pollo (GL)</p> <p>Albóndigas de ternera IGP de Cantabria en salsa española con patata en dado (GL+H+L+SL)</p> <p>Yogur (L)</p>	<p>Patatas con chorizo (SL+SJ)</p> <p>Salmón al horno con verduritas (PS)</p> <p>Fruta de temporada</p>
Del 7 al 11	<p>Judías verdes con refrito de ajitos (SL)</p> <p>Ternera IGP de Cantabria a la jardinera con patata en dado (SL)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Paella de pescado (PS+CR+ML)</p> <p>Alitas de pollo a la jardinera con ensalada</p> <p>Yogur (L)</p>	<p>Potaje de garbanzos estofados con verduras</p> <p>Librillo de jamón y queso con ensalada de tomate (GL+L+H+PS+CR+ML)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Crema de zanahoria ecológica con jengibre (SL)</p> <p>Lomo adobado a la plancha con ensalada</p> <p>Yogur (L)</p>	<p>Alubias pintas con verduras</p> <p>Ventresca de merluza (Certificada en Pesca Sostenible) en salsa verde (PS)</p> <p>Fruta de temporada</p>
Del 14 al 18	<p>Menestra de verduras (SL)</p> <p>Jamoncitos de pollo asados al limón con patata panadera (SL)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Patatas al estilo Puente Viego (SL+SJ)</p> <p>Bacalao en salsa de tomate y cebolla (PS)</p> <p>Yogur (L)</p>	<p>Puré de verduras (SL)</p> <p>Guiso de pavo con verduritas (SL)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Macarrones ecológicos con tomate (GL)</p> <p>Pescadilla a la inglesa con ensalada (GL+PS)</p> <p>Yogur (L)</p>	<p>Garbanzos con verduras y mijo ecológico</p> <p>Tortilla de patata y calabacín al horno con ensalada (H)</p> <p>Fruta de temporada</p>
Del 21 al 25	<p>Arroz al estilo tres delicias (PS+H+CR+SJ)</p> <p>Merluza al horno con verduritas y patata panadera (PS+SL)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Crema de calabaza ecológica con cúrcuma (SL)</p> <p>Hamburguesa de ternera con patata cuadro (GL+L+AP+SJ+SL)</p> <p>Natillas de chocolate (L)</p>			

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