



# Alimentos cercanos para un menú más ecológico

## ESCUELA INFANTIL LA MALENA

### DIETA SIN CARNE

MAYO DE 2021

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Del 3 al 7 S2	Sopa de <b>fideos ecológicos</b> Albóndigas de legumbre en salsa de verduras Fruta de temporada	Acelgas con patata Salteado de tofu con verduritas y lechuga (SJ) Fruta de temporada	Arroz con tomate Ventresca en salsa verde (PS+ML+CR+SL) con lechuga Yogurt (L)	Crema de verduras Tortilla de patata con loncha queso y lechuga (H+SJ) Fruta de temporada	<b>Garbanzos ecológicos</b> con verduras Cazón al horno con lechuga (PS) Fruta de temporada
Del 10 al 14 S3	<b>Espaguetis ecológicos</b> a la napolitana (GL+L+SJ) Pastel a casero de salmón con lechuga (H+PS+L) Fruta de temporada	Alubias pintas con verduras Pescadilla a la romana con lechuga (PS + GL + H) Fruta de temporada	Judías verdes con patata Tortilla francesa con loncha de queso (H+L) Yogurt (L)	Arroz de pescado (CR+PS+SL+ML) Hamburguesa vegetal a la plancha con lechuga Fruta de temporada	Crema de zanahoria Tortilla de patata con lechuga (H) Fruta de temporada
Del 17 al 21 S4	Patatas guisadas con atún (PS) Tortilla de calabacín con ensalada (H) Fruta de temporada	Brócoli con patata Albóndigas de legumbre en salsa de tomate con lechuga. Fruta de temporada	<b>Espaguetis ecológicos</b> con salsa de tomate y queso rallado (GL+L) Merluza al horno con lechuga (PS) Yogurt (L)	Sopa de sémola de arroz Caella al orio con lechuga (PS) Fruta de temporada	<b>Lentejas ecológicas</b> con verduras Tortilla de patata (H) Fruta de temporada
Del 24 al 28 S5	Arroz con guisantes y zanahoria Tortilla francesa con loncha de queso (H+L) Fruta de temporada	<b>Garbanzos ecológicos</b> con verduras y mijo Bulgur de quinoa y borraja a la plancha con lechuga (GL+SJ+CC+FC+H+L+AP+MS+SS) Fruta de temporada	Crema de calabaza Ventresca al horno con lechuga (PS) Yogurt (L)	Judías verdes con patata Tortilla de patata y cebolla con lechuga (H) Fruta de temporada	Fideua (GL+H) Pescadilla milanesa con lechuga (PS+GL+H) Fruta de temporada
Del 30 al 30 S6	<b>Espaguetis ecológicos</b> a la napolitana (GL+L+SJ) Tortilla francesa con loncha de queso (H+L) 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