



Alimentos cercanos para un menú más ecológico

MENÚ SIN CARNE ESCUELA INFANTIL LA MALENA

JULIO de 2021

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Del 1 al 2 S4				Judías pintas con verduras (SL) Merluza al horno con salsa de champiñones (PS) Fruta de temporada	Arroz de pescado (CR+PS+SL+ML) Tofu a la plancha con lechuga (SJ) Fruta de temporada
Del 5 al 9 S5	Sopa de verduras Pastel de mijo a la jardinera con lechuga Fruta de temporada	Arroz con tomate Ventresca en salsa verde (PS+ML+CR+SL) Fruta de temporada	Potaje de garbanzos ecológicas con verduras y MIJO Tortilla de patata y cebolla con lechuga (H) Yogur (L)	Fideúa de setas (GL) Pescadilla rebozada(PS+GL+H) Fruta de temporada	Judía verde con patata Lasagna vegetal con lechuga Fruta de temporada
Del 12 al 16 S6	Puré de guisantes con patata Albóndiga de palometa y lechuga (PS) Fruta de temporada	Espaguetis ecológicos a la Napolitana (GL) Tortilla francesa con loncha de queso fresco (H+L) Fruta de temporada	Lentejas ecológicas con verduras Filete vegetal en salsa de zanahoria, cebolla y laurel (SJ) Yogurt (L)	Arroz con verduras Merluza en salsa verde (PS+ML+CR+S) Fruta de temporada	Borraja con patata Filete vegetal en salsa de verduras (SJ) Fruta de temporada
Del 19 al 23 S1	Crema de zanahoria. Hamburguesa vegetal a la plancha con lechuga Fruta de temporada	Judías con verduras (SL) Merluza al horno con salsa de champiñones (PS) Fruta de temporada	Macarrones ecológicos con tomate (GL) Tortilla francesa con lechuga (H) Yogurt (L)	Menestra de verduras Croqueta de setas (GL) Fruta de temporada	Arroz con tomate Bacalao en salsa de puerros (PS) Lechuga Fruta de temporada
Del 26 al 30 S2	Sopa de fideos ecológicos con picadillo de pollo (GL) Burger de quinoa y borraja a la plancha con lechuga (GL+SJ+CC+FC+H+L+AP+MS+SS) Fruta de temporada	Acelga con patata y manzana Pastel de mijo con verduritas Fruta de temporada	Arroz tres delicias Ventresca en salsa verde (PS+ML+CR+SL) Yogurt (L)	Brócoli con patata Tortilla francesa con loncha de queso y lechuga (H+L) Fruta de temporada	Garbanzos ecológicos con verduras Filete de seitán empanado con lechuga (GL+SJ+H+CC+FC+L+AP+MS+SS) Fruta de temporada

• Información contenido de alérgenos declarables (R.D. 126/2005 y Reglamento (UE) nº 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: Altramucos // ML: Moluscos

Elaborado por: Dpto. Calidad / Revisado por: Dpto. Calidad