



Alimentos cercanos para un menú más ecológico

MENÚ VEGANO ESCUELA INFANTIL LA MALENA

JULIO de 2021

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Del 1 al 2 S4				Judías pintas con verduras (SL) Croquetas de verduras con lechuga (GL) Fruta de temporada	Arroz con verduras Tofu a la plancha con lechuga (SJ) Fruta de temporada
Del 5 al 9 S5	Sopa de verduras Pastel de mijo jardinera con lechuga Fruta de temporada	Arroz con tomate Filete vegetal ecológico empanado con lechuga (GL+H+SJ+FC) Fruta de temporada	Potaje de garbanzos ecológicos con verduras y MIJO Croquetas de setas (GL) Yogur de soja (SJ)	Fideúa de setas (GL) Tofu salteado con lechuga (SJ) Fruta de temporada	Judía verde con patata Lasagna vegetal con lechuga Fruta de temporada
Del 12 al 16 S6	Puré de guisantes con patata Croqueta de verduras con lechuga (GL) Fruta de temporada	Espaguetis ecológicos a la Napolitana (GL) Burguer de quinoa y borraja a la plancha con lechuga (GL+SJ+CC+FC+H+L+AP+MS+SS) Fruta de temporada	Lentejas ecológicas con verduras Filete vegetal en salsa de zanahoria, cebolla y laurel (SJ) Yogur de soja (SJ)	Arroz con verduras Tofu a la plancha con lechuga (SJ) 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) Salteado de tofu con verduras Fruta de temporada	Macarrones ecológicos con tomate (GL) Filete vegetal ecológico empanado con lechuga (GL+H+SJ+FC) Yogur de soja (SJ)	Menestra de verduras Croqueta de setas (GL) Fruta de temporada	Arroz con tomate Albóndigas de legumbres en salsa de tomate y lechuga Fruta de temporada
Del 26 al 30 S2	Sopa de fideos ecológicos Burguer 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 Tofu salteado con lechuga (SJ) Yogur de soja (SJ)	Brócoli con patata Lasagna vegetal con lechuga 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) 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