



Alimentos cercanos para un menú más ecológico

DICIEMBRE 2018
HIPOCALÓRICA

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Del 3 al 7	Puré de verduras de temporada (L) Pechuga de pollo a la plancha con pimientos del piquillo Fruta de temporada	Lentejas estofadas con verduritas Ensalada completa Yogur desnatado (L)	Sopa de cocido con fideos ecológicos y picadillo de carne (GL) Ternera IGP al horno con zanahoria, cebolla y laurel Fruta de temporada	FIESTA	Potaje de garbanzos con verduras Merluza en salsa verde con guisantes y tallos de espárragos (PS) Fruta de temporada
Del 10 al 14	Patatas con verduras (SL) Ternera IGP de Cantabria a la jardinera Fruta de temporada	Alubias blancas con verduras Bacalao al horno con cebolla (PS) Yogur desnatado (L)	Repollo de Cantabria rehogado con patata y refrito de ajitos Muslitos de pollo asados con Verduras Fruta de temporada	Paella de verduras Palometa al horno con ensalada (PS) Fruta de temporada	Lentejas estofadas con verduras Pavo guisado con verduras Fruta de temporada
Del 17 al 21	Crema de calabaza, puerro y cúrcuma (SL) Ternera IGP al horno con zanahoria, cebolla y laurel Fruta de temporada	Macarrones ecológicos salteados con champiñón y ajitos (GL) Salmón al horno con patata panadera (PS+SL) Yogur desnatado (L)	Garbanzos con verduras y quinoa ecológica Pollo en salsa Fruta de temporada	Comida especial de Navidad	Alubias pintas con verduras Pescadilla al horno con ensalada (PS) 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: Altramuces // ML: Moluscos

Elaborado por: Dpto. Calidad / Revisado por: Dpto. Calidad R.72.01.06