



## Alimentos cercanos para un menú más ecológico

JUNIO 2018

Triglicéridos

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Del 1 al 1					Alubias blancas con verduras <b>Pechuga de pollo al horno con verduritas</b> Fruta de temporada
Del 4 al 8	Lentejas con verduras <b>Tortilla francesa con lechuga (H)</b> Fruta de temporada	<b>Crema de verduras de temporada (SL)</b> Jamón asado en su jugo con juliana de champiñón y zanahoria baby <b>Yogur desnatado</b>	<b>Espirales ecológicas</b> con tomate (GL+SL) Merluza en salsa verde con guisantes, tallas de espárragos y huevo duro (PS+H) Fruta de temporada	Garbanzos estofados con verduritas Jamoncitos de pollo asados al limón con patata panadera (SL) Fruta de temporada	Arroz blanco con tomate y boloñesa de ternera IGP de Cantabria (GL+H+SJ) <b>Bacalao al horno con lechuga (PS)</b> Fruta de temporada
Del 11 al 15	Crema de calabacín (SL) Pavo guisado con verduritas y patata cuadro (SL) Fruta de temporada	Alubias blancas con verduras Salmón al horno con patata panadera (PS+SL) <b>Yogur desnatado</b>	Patatas con costilla (SL) Ternera IGP de Cantabria asada con salsa de setas Fruta de temporada	Sopa de cocido con <b>fideos ecológicos</b> y picadillo de carne (GL) Lomo a la plancha con lechuga (L+SJ) Fruta de temporada	Garbanzos estofados Dados de atún al horno con pisto de calabacín (PS) Fruta de temporada
Del 18 al 22	Lentejas con verduras <b>Tortilla francesa con lechuga (H)</b> Fruta de temporada	Arroz con pollo <b>Filete de pescadilla al horno con lechuga (PS)</b> <b>Albaricque ecológico</b>	Judías verdes con patata y zanahoria (SL) Hamburguesa de ternera IGP de Cantabria al horno con verduritas (GL+H+SJ) Fruta de temporada	Alubias pintas con verduras <b>Bacalao al horno con pimientos (PS)</b> <b>Yogur desnatado</b>	<b>Macarrones ecológicos</b> con atún y salsa de tomate (GL+PS) <b>Pechuga de pollo al horno con lechuga</b> 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