



## Alimentos cercanos para un menú más ecológico

FEBRERO 2019

### COLEGIO SAN VICENTE DE PAÚL DE LAREDO HIPOCALÓRICA

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Del 1 al 1					Arroz blanco con salsa de tomate Filete de pescadilla al horno con ensalada (PS) Fruta de temporada
Del 4 al 8	Crema de calabaza, puerro y cúrcuma (SL) Pavo guisado con verduras Fruta de temporada	Potaje de garbanzos con verduras Merluza a la americana (PS) Yogur desnatado (L)	Sopa de cocido con fideos ecológicos y picadillo de carne (GL) Pollo al horno Fruta de temporada	Patatas en salsa verde con guisantes y huevo duro (SL+H) Ternera IGP de Cantabria al horno en salsa de peras Fruta de temporada	Alubias blancas con verduras Bacalao al horno con ensalada (PS) Fruta de temporada
Del 11 al 15	Espirales ecológicas salteados con champiñones y ajitos (GL) Pollo a la plancha con pimientos del piquillo Fruta de temporada	Lentejas estofadas con verduras Pollo al horno Yogur desnatado (L)	Patatas con verduras (SL) Palometa al horno con ensalada (PS) Fruta de temporada	Menestra de verduras (SL) Ternera IGP de Cantabria en salsa de tomate, cebolla y laurel Fruta de temporada	Garbanzos estofados con verduras Dados de atún con pisto de calabacín (PS) Fruta de temporada
Del 18 al 22	Crema de zanahoria (SL) Ternera IGP de Cantabria con verduritas y setas Fruta de temporada	Alubias pintas con verduras Salmón al horno (PS) Yogur desnatado (L)	Judías verdes con patata Pechuga de pollo a la plancha con verduritas Fruta de temporada	Arroz blanco con salsa de tomate Filete de pescadilla al horno con ensalada (PS) Fruta de temporada	Lentejas estofadas con verduras Pollo al horno Fruta de temporada
Del 25 al 27	Puré de verduras de temporada (SL) Muslo de pollo asado al limón Fruta de temporada	Potaje de garbanzos con verduras Merluza al horno con verduritas (PS) Fruta de temporada	Macarrones ecológicos con tomate (GL) Pavo guisado con verduras Yogur desnatado (L)	NO LECTIVO	

• 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