



Alimentos cercanos para un menú más ecológico

MENÚ VEGETARIANO

Septiembre 2022

Colegio Alemán

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Del 08 al 09 S1				Macarrones ecológicos gratinados con queso rallado de El Burgo de Ebro (GL+L+H) Tofu ecológico salteado con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria(SJ) Helado (L)	Acelgas ecológicas rehogadas con patata (SL) Hamburguesa de espelta ecológica al horno en salsa de zanahoria, cebolla, laurel (GL+H+SJ+MS) Fruta de temporada
Del 12 al 16 S2	Judía verde redonda con patata a cuadro Hamburguesa ecológica de soja y zanahoria al horno con salsa de ensalada (GL+H+SJ) Fruta de temporada	Sopa casera de estrellas (GL+H) Fritada de calabacín con huevo duro (H) Fruta de temporada	Borraja ecológica con patata (SL) Librillo casero de calabacín y queso con patata panadera (GL+H+SL+L) Fruta de temporada	Crema de calabacín ecológico Tortilla de patata con filete de queso y ensalada (H+L) Yogur de Villacorona (L)	Arroz con champiñones y verduritas de temporada Salteado de tofu ecológico con verduras y ensalada de tomate apio y remolacha (SJ+AP) Fruta de temporada
Del 19 al 23 S3	Lentejas ecológicas guisadas con patata, calabacín y zanahoria (SL) Revuelto de champiñón (H) Fruta de temporada	Espinacas a la crema de patata (SL) Pastel de mijo ecológico con verduras Yogur de Villacorona (L)	Arroz ecológico con verduritas Tofu ecológico a la romana con ensalada de lechuga y zanahoria (GL+H+SJ) Fruta de temporada	Garbanzos ecológicos con verduras Hamburguesa ecológica de soja y zanahoria con patatas (GL+H+SJ) Fruta de temporada	Menestra de verduras Filete vegetal ecológico a la plancha en salsa de queso con patata panadera (L+SJ) Fruta de temporada
Del 26 al 30	Crema de zanahoria (SL) Revuelto de champiñón (H) Fruta de temporada	Macarrones ecológicos gratinados con boloñesa vegetal y queso rallado del Burgo del Ebro (GL+SJ+L+H) Fruta de temporada	Acelgas ecológicas con patata y sofrito de cebolleta, ajo y pimentón (SL) Filete vegetal ecológico empanado con rodaja de tomate (GL+H+SJ+FC) Fruta de temporada	Sopa minestrone (verduritas) Filete vegetal ecológico empanado con rodaja de tomate (GL+H+SJ) Fruta de temporada	Arroz ecológico con verduras Tortilla francesa con patatas fritas (H) Helado (L)

• 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