



Alimentos cercanos para un menú más ecológico

Escuelas Infantiles Municipales
Ayuntamiento de Zaragoza

ENTERO CELÍACO

Febrero 2021

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Del 1 al 5 S1	Sopa de verduras Estofado de ternera de Aragón con patata ecológica Fruta de temporada	Arroz integral con salsa de tomate Salchichas frescas de Aragón con tomate y lechuga (SL) Yogur de Villacorona (L)	Judías verdes con patata ecológica Ventresca (Certificado de pesca sostenible) en salsa verde con lechuga (PS) Fruta ecológica	Guisantes con patata ecológica y jamón de Teruel Pechuga de pollo a la plancha con lechuga (H) Yogur de Villacorona (L)	Lentejas ecológicas con verduras y arroz integral del Pirineo Aragonés Tortilla francesa con sabana de queso (H+L) Fruta de temporada
Del 8 al 12 S2	Espaguetis SIN GLUTEN gratinados con queso rallado de El Burgo de Ebro (L) Albóndigas en salsa de zanahoria, cebolla y laurel (SJ) Fruta de temporada	Crema de lentejas y verduras ecológicas y curry Merluza al horno con lechuga (PS) Yogur de Villacorona (L)	Brócoli con patata ecológica Tortilla francesa con jamón york y lechuga (H + SJ) Fruta ecológica	MENÚ ECO Arroz integral con verduras, pollo y garbanzos ecológicos con lechuga Yogurt de Villacorona (L)	Puré con verdura ecológica Jamoncitos de pollo guisados con lechuga Fruta de temporada
Del 15 al 19 S3	Arroz integral con tomate Tortilla de patata y lechuga (H) Fruta de temporada	Judías verdes con patata ecológica Lomo a la riojana con lechuga Yogur de Villacorona (L)	Alubias pintas con verdura ecológica. Ternera de Aragón en salsa de verduritas Fruta ecológica	Espaguetis SIN GLUTEN la napolitana Huevos revueltos con tomate y cebolla Yogur de Villacorona (L)	Crema de calabaza eco con patata, puerro y cúrcuma Bacalao en salsa de tallos y huevo duro (PS+L+H) y lechuga Fruta de temporada
Del 22 al 26 S4	Lentejas ecológicas con verduras y arroz integral del Pirineo Aragonés Huevos con jamón york (H+L+SJ) y lechuga Fruta de temporada	Crema de verduras Pechuga de pollo a la plancha con lechuga Yogur de Villacorona (L)	Macarrones SIN GLUTEN gratinados con queso rallado de El Burgo de Ebro (L) Merluza al horno con lechuga (PS) Fruta ecológica	Guisantes con patata ecológica Albóndigas en salsa de zanahoria, cebolla, laurel (SJ) Yogur de Villacorona (L)	Arroz integral con verduras Lomo a la riojana con lechuga Fruta de temporada

Del 8 al 14 de febrero de 2020 quinta edición Campaña MENSA CÍVICA "Consume legumbres de calidad del país. Son sanas y sostenibles".

• **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



Alimentos cercanos para un menú más ecológico

Escuelas Infantiles Municipales
Ayuntamiento de Zaragoza

ENTERO SIN LACTOSA

Febrero 2021

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Del 1 al 5 S1	Sopa de ave con pasta ecológica (GL) Estofado de ternera de Aragón con patata ecológica Fruta de temporada	Arroz integral con salsa de tomate Salchichas frescas de Aragón con tomate y lechuga (SL) Yogur sin lactosa	Judías verdes con patata ecológica Ventresca (Certificado de pesca sostenible) en salsa verde con lechuga (PS) Fruta ecológica	Guisantes con patata ecológica y jamón de Teruel Pechuga de pollo empanada con lechuga (GL + H) Yogur sin lactosa	Lentejas ecológicas con verduras y arroz integral del Pirineo Aragonés Tortilla francesa con lechuga (H) Fruta de temporada
Del 8 al 12 S2	Espaguetis ecológicos con tomate (GL) Albóndigas en salsa de zanahoria, cebolla y laurel (SJ) Fruta de temporada	Crema de lentejas y verduras ecológicas y curry Merluza a la romana con lechuga (PS + GL + H) Yogur sin lactosa	Brócoli con patata ecológica Tortilla francesa con jamón york y lechuga (H + SJ) Fruta ecológica	MENÚ ECO Cuscús integral ecológico con verduras, pollo y garbanzos ecológicos (GL) y ensalada Yogur sin lactosa	Arroz integral con verdura ecológica Jamoncitos de pollo guisados con lechuga Fruta de temporada
Del 15 al 19 S3	Arroz integral con tomate Hamburguesa en salsa de verduras (GL+SJ+SL+AP) y lechuga Fruta de temporada	Judías verdes con patata ecológica Lomo a la riojana con lechuga Yogur sin lactosa	Alubias pintas con verdura ecológica. Ternera de Aragón en salsa de verduritas Fruta ecológica	Espaguetis ecológicos a la napolitana (GL) Huevos revueltos con tomate y cebolla Yogur sin lactosa	Crema de calabaza eco con patata, puerro y cúrcuma Bacalao al horno con lechuga (PS) Fruta de temporada
Del 22 al 26 S4	Lentejas ecológicas con verduras y arroz integral del Pirineo Aragonés Huevo revuelto con lechuga (H) Fruta de temporada	Crema de verduras Pechuga empanada con lechuga (GL+H) Yogur sin lactosa	Macarrones ecológicos con tomate (GL) Merluza a la romana con lechuga (PS+GL+H) Fruta ecológica	Guisantes con patata ecológica Albóndigas en salsa de zanahoria, cebolla, laurel (SJ) Yogur sin lactosa	Arroz integral con verduras Lomo a la riojana con lechuga Fruta de temporada

Del 8 al 14 de febrero de 2020 quinta edición Campaña MENSA CÍVICA "Consume legumbres de calidad del país. Son sanas y sostenibles".

• **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: Altramucos // ML: Moluscos
Elaborado por: Dpto. Calidad / Revisado por: Dpto. Calidad R.72.01.06



Alimentos cercanos para un menú más ecológico

Escuelas Infantiles Municipales
Ayuntamiento de Zaragoza

ENTERO SIN HUEVO

Febrero 2021

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Del 1 al 5 S1	Sopa de ave con pasta ecológica (GL) Estofado de ternera de Aragón con patata ecológica Fruta de temporada	Arroz integral con salsa de tomate Salchichas frescas de Aragón con tomate y lechuga (SL) Yogur de Villacorona (L)	Judías verdes con patata ecológica Ventresca (Certificado de pesca sostenible) en salsa verde con lechuga (PS) Fruta ecológica	Guisantes con patata ecológica y jamón de Teruel Pechuga de pollo a la plancha con lechuga Yogur de Villacorona (L)	Lentejas ecológicas con verduras y arroz integral del Pirineo Aragonés Hamburguesa en salsa de verduras (GL+SL+SJ+AP) Fruta de temporada
Del 8 al 12 S2	Espaguetis ecológicos gratinados con queso rallado de El Burgo de Ebro (GL+L) Albóndigas en salsa de zanahoria, cebolla y laurel (SJ) Fruta de temporada	Crema de lentejas y verduras ecológicas y curry Merluza al horno con lechuga (PS) Yogur de Villacorona (L)	Brócoli con patata ecológica Pechuga de pollo con lechuga Fruta ecológica	MENÚ ECO Cuscús integral ecológico con verduras, pollo y garbanzos ecológicos (GL) y ensalada Yogurt de Villacorona (L)	Arroz integral con verdura ecológica Jamoncitos de pollo guisados con lechuga Fruta de temporada
Del 15 al 19 S3	Arroz integral con tomate Hamburguesa en salsa de verduras (GL+SJ+SL+AP) y lechuga Fruta de temporada	Judías verdes con patata ecológica Lomo a la riojana con lechuga Yogur de Villacorona (L)	Alubias pintas con verdura ecológica. Ternera de Aragón en salsa de verduras Fruta ecológica	Espaguetis ecológicos a la napolitana (GL) Pechuga de pollo a la plancha con lechuga Yogur de Villacorona (L)	Crema de calabaza eco con patata, puerro y cúrcuma Bacalao al horno con lechuga (PS) Fruta de temporada
Del 22 al 26 S4	Lentejas ecológicas con verduras y arroz integral del Pirineo Aragonés Salchichas con salsa de tomate y lechuga (SL) Fruta de temporada	Sopa maravilla (espagueti ecológico) con jamón york (GL+L+SJ) Pechuga de pollo a la plancha con lechuga Yogur de Villacorona (L)	Macarrones ecológicos gratinados con queso rallado de El Burgo de Ebro (GL+L) Merluza al horno con lechuga (PS) Fruta ecológica	Guisantes con patata ecológica Albóndigas en salsa de zanahoria, cebolla, laurel (SJ) Yogur de Villacorona (L)	Arroz integral con verduras Lomo a la riojana con lechuga Fruta de temporada

Del 8 al 14 de febrero de 2020 quinta edición Campaña MENSA CÍVICA "Consume legumbres de calidad del país. Son sanas y sostenibles".

• **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



Alimentos cercanos para un menú más ecológico

Escuelas Infantiles Municipales
Ayuntamiento de Zaragoza

ENTERO SIN LEGUMBRES

Febrero 2021

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Del 1 al 5 S1	Sopa de ave con pasta ecológica (GL) Estofado de ternera de Aragón con patata ecológica Fruta de temporada	Arroz integral con salsa de tomate Salchichas frescas de Aragón con tomate y lechuga (SL) Yogur de Villacorona (L)	Puré de patata ecológica Ventresca (Certificado de pesca sostenible) en salsa verde con lechuga (PS) Fruta ecológica	Guisantes con patata ecológica y jamón de Teruel Pechuga de pollo empanada con lechuga (GL + H) Yogur de Villacorona (L)	Crema de verduras Tortilla francesa con sabana de queso (H+L) Fruta de temporada
Del 8 al 12 S2	Espaguetis ecológicos gratinados con queso rallado de El Burgo de Ebro (GL+L) Albóndigas en salsa de zanahoria, cebolla y laurel (SJ) Fruta de temporada	Crema de verduras Merluza a la romana con lechuga (PS + GL + H) Yogur de Villacorona (L)	Brócoli con patata ecológica Tortilla francesa con lechuga (H) Fruta ecológica	MENÚ ECO Cuscús integral ecológico con verduras, pollo y ensalada variada (GL) Yogurt de Villacorona (L)	Arroz integral con verdura ecológica Jamoncitos de pollo guisados con lechuga Fruta de temporada
Del 15 al 19 S3	Arroz integral con tomate Tortilla de patata y lechuga (H) Fruta de temporada	Judías verdes con patata ecológica Lomo a la riojana con lechuga Yogur de Villacorona (L)	Puré de patata ecológica con zanahoria Ternera de Aragón en salsa de verduritas Fruta ecológica	Espaguetis ecológicos a la napolitana (GL) Huevos revueltos con tomate y cebolla Yogur de Villacorona (L)	Crema de calabaza eco con patata, puerro y cúrcuma Bacalao en salsa de tallos y huevo duro (PS+L+H) y lechuga Fruta de temporada
Del 22 al 26 S4	Sopa de pasta con pollo deshilachado (GL) Huevo revuelto con lechuga (H) Fruta de temporada	Crema de verduras Pechuga empanada con lechuga (GL+H) Yogur de Villacorona (L)	Macarrones ecológicos gratinados con queso rallado de El Burgo de Ebro (GL+L) Merluza a la romana con lechuga (PS+GL+H) Fruta ecológica	Guisantes con patata ecológica Pollo a la plancha con lechuga Yogur de Villacorona (L)	Arroz integral con verduras Lomo a la riojana con lechuga 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: Altramucos // ML: Moluscos
Elaborado por: Dpto. Calidad / Revisado por: Dpto. Calidad R.72.01.06