



# Alimentos cercanos para un menú más ecológico

Febrero 2019

COLEGIOS (Línea fría en gastronomía)

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Del 1 al 1					Pasta ecológica con tomate (GL)  Lomo adobado a la plancha con lechuga (SJ+L)  Fruta de temporada
Del 4 al 8 S6	Borraja con patata (SL)  Cinta de lomo al horno con champiñón y lechuga (SJ)  Fruta de temporada	Arroz con verduras  Salchichas frescas de Aragón al horno con salsa de pimientos (SL)  Fruta de temporada	Acelgas ecológicas con patata rehogadas con ajo (SL)  Pechuga empanada con lechuga (GL+SJ+L)  Fruta de temporada	Alubias blancas con verduras (SL)  Bacalao con tomate y huevo duro con lechuga (PS+H)  Fruta de temporada	Sopa de pasta ecológica (GL)  Pollo asado con patata panadera (SL)  Natillas (L)
Del 11 al 15 S1	Lentejas con arroz integral del Pirineo Aragonés y verduras (SL)  Pescadilla empanada con lechuga (GL + H + PS)  Fruta de temporada	Crema de calabaza ecológica con puerro y cúrcuma (SL)  Estofado de magro de cerdo con verduritas (SL)  Fruta de temporada	Macarrones ecológicos gratinados con queso rallado de El Burgo de Ebro (GL+L)  Librillo casero de jamón y queso con lechuga (GL+H+SJ+L)  Yogur (L)	Arroz de pescado (CR+PS+SL+AP+ML)  Hamburguesa en salsa barbacoa casera y lechuga (SJ+SL+GL+AP+MS)  Fruta de temporada	Guisantes con patata a cuadro y jamón (SL)  Jamoncitos de pollo salteados con tomate y cebolla  Fruta de temporada
Del 18 al 22 S2	Arroz blanco con salsa de tomate  Lomo adobado a la plancha con lechuga (SJ+L)  Fruta de temporada	Judías verdes con patata (SL)  Jamón asado con champiñón  Yogur (L)	Espaguetis ecológicos a la napolitana (GL+L)  Albóndigas a la jardinera  Fruta de temporada	Garbanzos guisados con verduras (SL)  Bacalao rebozado con lechuga (PS+GL+SJ+SL+MS+AP+L+H+CR+ML)  Fruta de temporada	Puré de verduras de temporada (SL)  Pollo en su jugo con zanahoria y lechuga  Fruta de temporada
Del 25 al 28 S3	Lentejas con verduras (SL)  Tortilla de patata con jamón york (H+SJ)  Fruta de temporada	Arroz con verduritas y taquitos de jamón york (SJ)  Filete de merluza a la inglesa con lechuga (GL + H + PS )  Fruta de temporada	Puré de zanahoria (SL)  Albóndigas con tomate, cebolla y patata a cuadro (SL)  Fruta de temporada	Col de hoja ecológica con patata y refrito de ajo y pimentón dulce (SL)  Muslitos de pollo en pepitoria con lechuga  Yogur (L)	

• **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



## ALIMENTO DEL MES

### Cúrcuma

Combi Catering utiliza **cúrcuma para dar color a sus platos**.

Uno de los problemas de los colorantes artificiales, como el habitual colorante naranja (tartracina) que se usa de forma habitual en las paellas, son los compuestos azoicos que la Comunidad Europea ha identificado como sustancias que "pueden tener efectos negativos sobre la actividad y atención de los niños".

Existen colorantes artificiales o sintéticos sin estos compuestos azoicos, pero Combi Catering ha querido ir un poco más allá y dar color a los platos con una especia natural que, además, tiene muchos beneficios para la salud destacando su poder antiinflamatorio.

