



MENU MAYO 2022 – C.E.I.P. AGUSTINA DE ARAGON



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
FESTIVO Lentejas con chorizo y verduras Tortilla de calabacín y ensalada Fruta/Pan integral <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Pasta integral con atún y tomate lácteo y pan	Puré de patatas Estofado de cerdo a la jardinera Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Revuelto de huevo, trigueros y calabacín / lácteo y pan	Arroz a la marinera Chuleta de pavo y ensalada Yogur/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Pescado al horno con ensalada de tomate y mozzarella / fruta y pan	Verdura temporada Merluza en salsa Agustina Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Ñoquis con verduras y pollo lácteo y pan	
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Pasta integral a la carbonara Cazón en salsa de verduras Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Huevos rellenos de pollo y verduras lácteo y pan	Garbanzos con bacalao Huevos al horno con tomate y lechuga Fruta/Pan integral <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Menestra de verduras con jamón lácteo y pan	Crema de verduras con picatostes Pechuga de pollo salteado con champiñones Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Broqueta de salmón y verduras lácteo y pan	Arroz campesina Tortilla de atún y ensalada Yogur/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Tortilla de calabacín y broqueta de pollo y verduras, fruta y pan	Espinacas con patatas Ternera empanada y ensalada Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Huevos al plato con jamón lácteo y pan
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18 – MUNDO DE SABORES-PORTUGAL	JUEVES 19	VIERNES 20
Ensalada de pasta Filete de merluza a la andaluza Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Crema de calabacín y ternera a la plancha, lácteo y pan	Lentejas con verduras Lomo con sala de manzana y lechuga Fruta/Pan integral <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Arroz con pollo y calabacín lácteo y pan	Migas Alentejanas (migas con carne) Bacalao à Brás (revuelto de bacalao, patata Y huevo) / Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Berenjenas rellenas de ternera y verduras lácteo y pan	Arroz con tomate Salchichas encebolladas y ensalada Yogur/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Hamburguesa vegetal y huevo a la plancha, fruta y pan	Verdura de temporada Palometa en salsa Donostaria Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Puré de boniato y ternera a la plancha, lácteo y pan
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
Pasta con tomate y queso Salmón a las finas hierbas Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Guiso de patatas y pollo con verduras lácteo y pan	Alubias con tomate y orégano Tortilla de patatas con ensalada Fruta/Pan integral <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Pescado a la plancha con arroz blanco lácteo y pan	Patatas a la riojana Contra muslo de pollo al horno y ensalada Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Crema de guisantes con picatostes y huevo duro, lácteo y pan	Paella mixta Lomo adobado y lechuga HELADO/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Albóndigas de legumbre con tomate y salsa de verduras, fruta y pan	Verdura temporada Huevos rellenos de atún Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Pastel de pescado y verduras a la plancha, lácteo y pan
LUNES 30	MARTES 31			
Fidegua con champiñones y longaniza Merluza en salsa verde y ensalada Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Ensalada de garbanzos, huevo duro, tomate y pepino, lácteo y pan	Lentejas con verduras Huevos gratinados con york y ensalada Fruta/Pan integral <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Puré de calabacín con quesito lácteo y pan			



Este menú y sus raciones están calculados en base al Anexo I de la Guía de comedores escolares de la comunidad autónoma de Aragón
 Sugerencias de cenas; son propuestas de cenas que complementan el menú de la comida
 Se recomienda consumir, siempre que sea posible, verduras y aceite de oliva de acompañamiento