

# MENU NOVIEMBRE 2022- C.E.I.P. AGUSTINA DE ARAGON



MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4	
FESTIVO	Lentejas con verduras Tortilla de atún con ensalada Fruta y pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Pasta integral con calabacín y daditos de pollo, lácteo y pan	Arroz con salsa de tomate Salchichas encebolladas Y ensalada /Yogur/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Pescado con verduras al horno fruta y pan	Verdura de temporada con patata Salmón a las finas hierbas Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Crema de verduras y ternera a la plancha lácteo y pan	
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	VIERNES 12	
Pasta integral con chorizo Palometa en salsa Donostiarra  Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Puré de calabacín, y huevo al plato lácteo y pan	Garbanzos con verduras Tortilla de Bacalao y ensalada  Fruta/Pan integral <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Lasaña de pasta integral con verduras y pollo, lácteo y pan	Sopa de verduras y pasta Magro de cerdo con salsa de soja y verdura Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Pescado a la plancha con salsa de verduras, lácteo y pan	Arroz con Pollo al Curry Centro de merluza al estilo Agustina (champiñones, tomate Y cebolla) y ensalada /Yogur/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Ensalada de pasta, patata, huevo duro y tomate, lácteo y pan	Judía verde a la Catalana Pavo salteado con champiñones  Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Crema de zanahoria y pescado A la plancha, lácteo y pan
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16 – JORNADA PAIS VASCO	JUEVES 17	VIERNES 18
Fideos a la cazuela con cordero Filete de merluza con salsa verde Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Ensalada ilustrada y ternera a la plancha, lácteo y pan	Alubias coloradas con verduras Huevos Carbonara y ensalada Fruta/Pan integral <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Arroz con verduras y pavo lácteo y pan	Marmitako Pechuga de pollo a la vasca (tomate Y pimientos ) / Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Escalibada de verduras y pavo a la Plancha / lácteo y pan	Arroz a la marinera Hamburguesa y ensalada Yogur/Pan  <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Crema de zanahoria y pescado A la plancha / fruta y pan	Verdura de temporada con patata Ternera empanada y ensalada Fruta/Pan  <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Broqueta de verduras y pollo lácteo y pan
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Macarrones con tomate y queso Salmón con verduras al horno  Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Ensalada de quinoa con tomate y pepino, y pollo a la plancha, lácteo y pan	Lentejas con chorizo Tortilla de patata y ensalada  Fruta/Pan integral <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Pasta integral con atún y tomate, lácteo y pan	Crema de verduras Lomo a la Riojana  Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Lubina al horno y con verduras lácteo y pan	Arroz con verduras Chuleta de pavo y ensalada  Yogur/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Albóndigas de legumbres Con verduras a la plancha, fruta y pan	Verdura de temporada con patata Bacalao a la Vizcaína  Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Timbal de verduras y pavo lácteo y pan
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	<p>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 lo servido en la comida Se recomienda dar siempre que sea posible verduras y aceite de oliva de acompañamiento,</p>	
Pasta carbonara Merluza estilo Agustina (champiñones, tomate, cebolla) Fruta/Pan  <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Pollo guisado con verduras lácteo y pan	Garbanzos con Bacalao Huevos con tomate al horno  Fruta/Pan integral  <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Pescado a la plancha con arroz blanco lácteo y pan	Sopa de cocido Contra muslo de pollo asado  Fruta/Pan  <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Huevos al plato con tomate y calabacín / lácteo y pan		