


MENÚ CEIP AGUSTINA DE ARAGÓN - ENERO 2023



LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Pasta integral con chorizo Merluza estilo Agustina (champiñones, cebolla y tomate) Y ensalada / Fruta/pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Hamburguesa vegetal con tomate, lácteo y pan	Garbanzos con verduras Tortilla de bacalao y ensalada Fruta/Pan integral <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Sopa de cebolla, pollo a la plancha, lácteo y pan	Sopa de verduras y pasta Estofado de cerdo con salsa de soja y verduras Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Huevos al plato con jamón lácteo y pan	Arroz con pollo al Curry Palometa en salsa verde ensalada; Yogur/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Croquetas de pollo con salsa de tomate casera; fruta y pan	Judía verde con tomate y jamón Pavo salteado con calabacín Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Crema de boniato y patata, pescado a la plancha, lácteo y pan
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19-JORNADA COMUNIDAD VALENCIANA	VIERNES 20
Macarrones con tomate y queso Salmón a las finas hierbas Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Crema de verduras y pollo a la plancha; lácteo y pan	Alubias coloradas con verduras Huevos carbonara y ensalada Fruta/Pan integral <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Pescado a la plancha con arroz blanco lácteo y pan	Marmitako Pechuga de pollo con salsa de manzana / Fruta/pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Pisto de verduras con huevo y salsa de tomate natural, lácteo y pan	Paella valenciana Hamburguesa con ensalada Yogur/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Pastel de pescado con salsa de tomate casera; fruta y pan	Verdura de temporada con patata Ternera empanada y ensalada Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Gallo con verduras a la plancha, lácteo y pan
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
Fidegüa valenciana (marinera) Merluza en salsa verde Con ensalada / Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Salteado de verduras y huevo frito; lácteo y pan	Lentejas con chorizo Tortilla de patatas y ensalada Fruta/Pan integral <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Carne a la plancha con calabacín y ensalada de tomate y pepino lácteo y pan	Crema de verduras Lomo a la riojana Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Tortilla de patatas y calabacín lácteo y pan	Arroz con verduras Chuleta de pavo y ensalada Yogur/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Pescado a la plancha con verduras; fruta y pan	Verdura de temporada con patata Bacalao a la Vizcaína Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Pasta integral con verduras y pollo lácteo y pan
LUNES 30	MARTES 31	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, e incorporar fruta en las meriendas y almuerzos.		
 FESTIVO	Judía verde con patatas Palometa en salsa Donostiarra Fruta/Pan integral <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Broqueta de pollo con verduras y Ensalada de lechuga y tomate / lácteo y pan			

