



MENÚ ABRIL 2023 – C.E.I.P. AGUSTINA DE ARAGÓN



LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
FESTIVO	Pasta Integral boloñesa Calamares encebollados Fruta/Pan Integral <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Crema de calabaza y huevo al plato con salchicha, lácteo y pan	Alubias blancas con tomate y orégano <u>Huevos a la flamenca</u> (verduras, tomate, jamón, chorizo) Fruta/Pan Integral <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Menestra de verduras y pescado a la plancha, lácteo y pan	Arroz a la campesina Lomo adobado y ensalada de tomate y lechuga/ Yogur/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Hamburguesa de atún con patatas y ensalada, fruta y pan	Espinacas con patatas <u>Filete de merluza a la andaluza</u> lechuga con maíz/Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Pastel de carne con ensalada ilustrada lácteo y pan
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Fidegua de verduras y longaniza Bacalao a la Riojana Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Tortilla de patatas con lechuga lácteo y pan	Lentejas con verduras Tortilla de atún y lechuga con maíz / Fruta/Pan Integral <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Crema de Champiñones y pollo a la plancha, lácteo y pan	Crema de guisantes con picatostes Contra muslo de pollo asado con <u>patatas a lo pobre</u> / Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Pasta integral con gambitas y verduras lácteo y pan	Arroz con salsa de tomate Salchichas encebolladas lechuga con zanahoria/Yogur/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Pescado al Orio con ensalada ilustrada fruta y pan	Verdura de temporada con patata Salmón a las finas hierbas y lechuga / Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Broqueta de pavo y verduras con puré de patatas, lácteo y pan
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
FESTIVO	Pasta integral con chorizo Merluza estilo Agustina (tomate, cebolla y champiñones) Fruta/Pan Integral <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Tortilla francesa con verduras a la plancha, lácteo y pan	<u>Puchero Andaluz</u> (garbanzos, verduras, patatas y carne) Huevos con tomate Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Pastel de merluza y tomate natural lácteo y pan	Sopa de ave con fideos Estofado de Ternera jardinera Fruta/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Calabacín al horno con atún y champiñones, lácteo y pan	Judía verde con patata y jamón Tortilla de Bacalao Lechugas variadas/ Yogur/Pan Yogur/Pan <i>PROPUESTA PARA CENAR</i> Albóndigas de legumbres con calabacín a la plancha, fruta y pan

Nota: Todos los menús van acompañadas de 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

Se recomienda ofrecer en las meriendas fruta, y acompañar las comidas con verduras y aceite de oliva, siempre que sea posible.

Las cenas propuestas son una sugerencia para complementar lo servido en la comida.

