

MENU COMEDOR ESCOLAR DICIEMBRE

Menú elaborado según los criterios nutricionales recogidos en la guía de comedores escolares de la Comunidad Autónoma de Aragón.

Revisado por Marta Masot Sanjuán Dietista-Nutricionista colegiada nº. ARA00187

| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|---|--|---|---|
| | | 1 | 2 | 3 |
| | | GARBANZOS CON VERDURAS PECHUGA DE PAVO Y LECHUGA MANZANA Y PAN | PATATAS GUIADAS CON CARNE VENTRESCA AL HORNO CON TOMATE NATURAL PLÁTANO Y PAN | BROCOLI CON BECHAMEL TERNERA GUIADA PERA Y PAN |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| FESTIVO | FESTIVO | FESTIVO | ARROZ 5 DELICIAS FILETE DE CAZÓN AL HORNO CON TOMATE NATURAL PLÁTANO Y PAN | LENTEJAS A LA JARDINERA MUSLITOS POLLO Y LECHUGA YOGURT Y PAN |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| ESPAGUETIS A LA CARBONARA SALMÓN CON LECHUGA MANZANA Y PAN | SOPA DE LETRAS PAVO GUIADO + ENSALADA MANDARINA Y PAN | JUDÍAS ESTOFADAS TORTILLA DE ATÚN CON TOMATE NATURAL YOGURT Y PAN | ESPINACAS CON PATATA SAN JACOBOS DE PAVO CON LECHUGA PLÁTANO Y PAN | PAELLA FILETE DE MERLUZA CON ENSALADA FRUTA VARIADA Y PAN |
| 20 | 21 | 22 | | |
| PASTA A LA MARINERA TORTILLA DE ATUN CON TOMATE NATURAL PERA Y PAN | GARBANZOS CON VERDURAS CHULETAS DE CORDERO CON ENSALADA FRUTA VARIADA Y PAN | CREMA DE CALABACÍN CANELONES DE ATÚN TURRÓN Y PAN | | |