

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		