

MENÚ COMEDOR ESCOLAR MARZO

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	4
	COLIFLOR CON PATATA VENTRESCA DE MERLUZA CON TOMATE NATURAL MACEDONIA Y PAN	LENTEJAS A LA JARDINERA TORTILLA DE PATATAS CON LECHUGA MANDARINA Y PAN	ESPINACAS CON PATATAS SALMÓN CON LECHUGA FRUTA VARIADA Y PAN	ARROZ TRES DELICIAS POLLO AL AJILLO + ENSALADA NATILLAS Y PAN
7	8	9	10	11
JUDIAS VERDES TORTILLA DE PATATA MANDARINA Y PAN	GARBANZOS MERLUZA AL HORNO CON TOMATE NATURAL YOGURT Y PAN	PURÉ DE CALABACÍN POLLO AL AST CON ENSALADA FRUTA VARIADA Y PAN	ENSALADA DE ARROZ TORTILLA DE ATÚN CON LECHUGA MANZANA Y PAN	SOPA DE PASTA FILETE DE MERLUZA CON ENSALADA PLÁTANO Y PAN
14	15	16	17	18
PAELLA DE VERDURA SAN JACOBOS DE PAVO CON TOMATE NATURAL PERA Y PAN	COLIFLOR PAVO ESTOFADO MANDARINA Y PAN	ESPIRALES GRATINADAS TORTILLA DE ESPINACAS CON TOMATE NATURAL YOGURT Y PAN	JUDÍAS ESTOFADAS SALMÓN CON LECHUGA FRUTA VARIADA Y PAN	JUDIAS VERDES CON PATATAS TERNERA A LA JARDINERA NARANJA Y PAN
21	22	23	24	25
PURÉ DE CALABAZA POLLO AL AJILLO CON LECHUGA YOGURT Y PAN	ARROZ TRES DELICIAS VENTRESCA DE MERLUZA AL HORNO CON TOMATE NATURAL MANZANA Y PAN	ESCUDELLA PECHUGA DE PAVO CON LECHUGA PERA	ESPINACAS CON PATATA TORTILLA DE ATÚN PERA Y PAN	LENTEJAS A LA JARDINERA SALMÓN AL HORNO CON TOMATE NATURAL PLATANO Y PAN
28	29	30	31	
JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA PLATANO Y PAN	ENSALADA DE PASTA CROQUETAS DE POLLO MANZANA Y PAN	ARROZ TRES DELICIAS TORTILLA DE ESPINACAS CON TOMATE MANZANA Y PAN	JUDÍAS VERDES TERNERA ESTOFADA YOGURT Y PAN	