

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
								01	Kcal 674 Lip. 33 P. 27 H.C. 64 – Crema de calabacín – Salchichas frescas con ensalada – Yogurt sabores Pan
04	Kcal 621 Lip. 25 P. 28 H.C. 72 – Porrusalda – Hamburguesa de ternera 100% en salsa jardinera – Fruta Pan	05	Kcal 801 Lip. 23 P. 31 H.C. 117 – Arroz con tomate – Filete de merluza en salsa verde con lechuga – Fruta Pan	06	Kcal 638 Lip. 18 P. 37 H.C. 77 – Garbanzos con verdura – Huevos cocidos con tomate y lechuga – Fruta Pan	07	Kcal 423 Lip. 12 P. 24 H.C. 53 – Judías verdes rehogadas – Palometa al horno con tomate y lechuga – Fruta Pan	08	Kcal 619 Lip. 21 P. 40 H.C. 65 – Sopa de ave con fideos – Pechugas de pollo con salsa rubia – Yogurt natural azucarado Pan
11		12		13		14	Kcal 660 Lip. 24 P. 25 H.C. 72 – Lentejas con verdura – Tortilla de patata con ensalada – Fruta Pan	15	Kcal 777 Lip. 18 P. 50 H.C. 101 – Paella – Estofado de pavo en salsa rubia – Yogurt sabores Pan
18	Kcal 588 Lip. 23 P. 18 H.C. 77 – Crema de calabaza y zanahoria – Salmón al horno con salsa de verduras – Fruta Pan	19	Kcal 614 Lip. 34 P. 24 H.C. 51 – Judías verdes rehogadas – Alitas de pollo asadas con ensalada – Fruta Pan	20	Kcal 894 Lip. 46 P. 30 H.C. 84 – Garbanzos con verdura – Albóndigas de vacuno y cerdo a la jardinera con ensalada – Fruta Pan	21	Kcal 772 Lip. 24 P. 35 H.C. 102 – Macarrones con tomate – Filete de merluza en salsa verde – Fruta Pan	22	Kcal 583 Lip. 18 P. 29 H.C. 74 – Patatas en salsa verde – Huevos cocidos con tomate y lechuga – Yogurt natural azucarado Pan
25	Kcal 806 Lip. 22 P. 44 H.C. 106 – Espirales con tomate – Pechugas de pollo en salsa de champiñón – Fruta Pan	26	Kcal 634 Lip. 30 P. 23 H.C. 64 – Menestra de verduras – Hamburguesa de vacuno al horno en salsa jardinera con ensalada – Fruta Pan	27	Kcal 640 Lip. 18 P. 39 H.C. 76 – Alubias blancas con verdura – Filete de merluza en salsa marinera – Fruta Pan	28	Kcal 630 Lip. 28 P. 13 H.C. 77 – Crema de calabacín – Tortilla de patata con lechuga – Fruta Pan	29	Kcal 842 Lip. 24 P. 39 H.C. 114 – Arroz con tomate – Lomo fresco de cerdo en salsa con lechuga – Yogurt sabores Pan

Nota aclaratoria: Los datos ofrecidos son orientativos y basados en las indicaciones realizadas en la guía de comedores escolares de la Comunidad de Aragón, los valores nutricionales están referidos para un tramo de edad de 9 a 13 años, siendo un 23% menor de 3 a 8 años y un 27% mayor de 14 a 18 años.

