

*MENÚ COMEDOR ESCOLAR**CASTEJÓN - ABRIL - 2021*

|                           | <i>LUNES</i>  | <i>MARTES</i>   | <i>MIÉRCOLES</i>  | <i>JUEVES</i>   | <i>VIERNES</i>   |
|---------------------------|---|---|---|---|--|
| <i>5 al 9<br/>abril</i>   | Lentejas con verduras y arroz<br>Calamares con ensalada<br>Fruta  | Crema de calabaza<br>Hamburguesas con ensalada de<br>tomate<br>Fruta      | Fideuá de pescado<br>Pollo al horno con ensalada<br>Yogur | Ensalada de arroz<br>Cordero con patatas<br>Fruta             | Sopa<br>Longaniza con ensalada<br>fruta                          |
| <i>12 al 16<br/>abril</i> | Guisantes con jamón y huevo<br>Lomo adobado con ensalada<br>Fruta | Espaguetis con atún y tomate<br>Pescado a la romana con ensalada<br>Fruta | Verduras<br>Albóndigas en salsa<br>Yogur                  | Sopa<br>Pechuga al queso<br>Fruta                             | Garbanzos con hortalizas y arroz<br>Salmón a la plancha<br>Fruta |
| <i>19-23<br/>abril</i>    | Macarrones carbonara<br>Pescado al horno<br>Fruta                 | Verdura con patatas<br>Salchichas con tomate<br>Fruta                     | Ensalada mixta<br>Canelones<br>Fruta                      | Arroz con tomate<br>Tortilla con jamón y lechuga<br>Fruta     |  |
| <i>26- 30<br/>abril</i>   | Lentejas con verdura<br>Delicias de pollo con ensalada<br>Fruta   | Macarrones napolitana<br>Pescado en salsa<br>Yogur                        | Puré de verduras<br>Albóndigas en salsa<br>Fruta          | Arroz cinco delicias<br>Chuleta de pavo con ensalada<br>Fruta | Verdura con patatas<br>Bacalao a la vizcaína<br>Fruta            |

Nota: Este menú podrá sufrir modificaciones dependiendo de las necesidades del centro. Siempre va acompañado de pan y agua. El menú ha sido elaborado en colaboración con una nutricionista, siguiendo las directrices de la guía de comedores escolares del Gobierno de Aragón. Como recomendación, sería conveniente completar esta dieta con el consumo de lácteos, huevos y carne roja en la cena.

Para más información:

[http://craaltaribagorza.educa.aragon.es/IMG/pdf/Orientaciones\\_y\\_recomendaciones-\\_Guia\\_de\\_comedores\\_escolares-\\_Comunidad\\_Autonomade\\_Aragon.pdf](http://craaltaribagorza.educa.aragon.es/IMG/pdf/Orientaciones_y_recomendaciones-_Guia_de_comedores_escolares-_Comunidad_Autonomade_Aragon.pdf)