

MENÚ COMEDOR ESCOLAR**BENASQUE – MAYO – 2021**

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<i>3 al 7 mayo</i>	Macarrones boloñesa Croquetas con ensalada Fruta	Sopa de pescado Lomo con patatas Fruta	Acelgas salteadas Pollo asado con champiñones Fruta	Arroz con tomate Pescado con ensalada Fruta	Lentejas Tortilla de patatas con ensalada Fruta
<i>10 al 14 mayo</i>	Espaguetis carbonara Pescado con ensalada Fruta	Judías blancas Ternera a la plancha con calabacín Yogur	Garbanzos con arroz y verduras Pescado al horno Fruta	Crema de calabaza Longaniza con ensalada Fruta	Judías verdes con patatas Pizza casera con tomate Fruta
<i>17 al 21 mayo</i>	Ensalada de arroz Ensalada con pimientos Fruta	Lentejas Pescado con ensalada Fruta	Judías verdes con patatas Hamburguesas con tomate Fruta	Sopa de cocido Pollo asado con ensalada Fruta	Pasta boloñesa Pescado al horno con ensalada Yogur
<i>24 al 28</i>	Ensalada de pasta Longaniza con tomate Fruta	Puré de verduras Lomo con champiñones Fruta	Patatas a la riojana Pescado con ensalada Fruta	Guisantes con jamón y huevo duro Pechugas con tomate natural Fruta	Paella Boquerones con ensalada Fruta
<i>31 mayo al 4 junio</i>	Garbanzos con huevo Pescado con ensalada Fruta	1 de JUNIO Jornada reducida 9.30 -13.30 Comedor 13.30 – 15.30			

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_Autonoma_de_Aragon.pdf