

Menú COMEDOR ESCOLARBENASQUE -marzo- 2026

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 al 6 de marzo	Espagueti carbonara Pescado con ensalada Fruta	Garbanzos en salsa Longaniza con ensalada Fruta	Sopa Pollo asado Lácteo	Puré de verduras Fricandó Fruta	Arroz integral con tomate Pescado con ensalada Fruta
9 al 13 de marzo	Guisantes salteados Pechuga de pollo con tomate Fruta	Judías verdes con patatas Lomo empanado con ensalada Fruta	Macarrones boloñesa Pescado con ensalada Lácteo	Crema de calabaza Cordero con champiñones fruta	Paella de carne Boquerones con ensalada Fruta
16 al 20 de marzo	Canelones Pescado con ensalada variada Fruta	Judías blancas con arroz Chuleta de pavo con ensalada Fruta	Fideuá Pollo asado con verduritas Lácteo	Crema de verduras Ternera guisada Fruta	Ensalada de arroz Pescado con ensalada Fruta
23 al 26 de marzo	Lentejas lionesa Tortilla de patata Fruta	Sopa de pescado con arroz Pollo guisado Fruta	Trinxat de col Costilla de cerdo Lácteo	Macarrones integrales boloñesa Calamares con ensalada Fruta	

Nota: Este menú podrá sufrir modificaciones dependiendo de las necesidades del centro. Siempre va acompañado de pan y agua. Un día a la semana el pan es integral. El menú ha sido elaborado en colaboración con una nutricionista, siguiendo las directrices de la guía de comedores escolares del Gobierno de Aragón.

De 3-8 años: 493 - 610 kcal.

//

De 9 -13 años: 621 -798 kcal

Para más información:

http://craaltaribagorza.educa.aragon.es/IMG/pdf/Orientaciones_y_recomendaciones-_Guia_de_comedores_escolares-_Comunidad_Autonomade_Aragon.pdf