

## LUNES

**03** Kcal 622 P. 39  
Lip. 18 H.C. 65

- Lentejas con verdura
- Filete de merluza en salsa marinera
- Fruta
- Pan

**10** Kcal 584 P. 33  
Lip. 17 H.C. 72

- Porrusalda
- Jamoncitos de pollo asados en salsa
- Fruta
- Pan

**17** Kcal 728 P. 32  
Lip. 21 H.C. 102

- Paella
- Filete de merluza en salsa verde
- Fruta
- Pan

**24** Kcal 650 P. 30  
Lip. 12 H.C. 105

- Arroz con salchichas y chorizo
- Palometa al horno con tomate
- Fruta
- Pan

**31** Kcal 593 P. 27  
Lip. 27 H.C. 62

- Crema de calabaza y zanahoria
- Hamburguesa de ternera 100% en salsa jardinera
- Fruta
- Pan

## MARTES

**04** Kcal 623 P. 25  
Lip. 33 H.C. 54

- Judías verdes rehogadas
- Salchichas frescas con lechuga
- Fruta
- Pan

**11** Kcal 801 P. 37  
Lip. 43 H.C. 67

- Puré de verdura
- Magro de cerdo en salsa con lechuga
- Fruta
- Pan

**18** Kcal 646 P. 39  
Lip. 24 H.C. 66

- Puré de verdura
- Carne guisada de ternera con verduras
- Fruta
- Pan

**25** Kcal 602 P. 33  
Lip. 22 H.C. 65

- Crema de calabacín
- Jamoncitos de pollo asados en salsa con ensalada
- Fruta
- Pan

## MIÉRCOLES

**05** Kcal 683 P. 48  
Lip. 17 H.C. 78

- Alubias rojas con verdura
- Pechugas de pollo en salsa de champiñón con ensalada
- Fruta
- Pan

**12** Kcal 772 P. 37  
Lip. 16 H.C. 118

- Arroz con pollo
- Huevos cocidos con tomate y lechuga
- Fruta
- Pan

**19** Kcal 638 P. 37  
Lip. 18 H.C. 77

- Garbanzos con verdura
- Huevos cocidos con tomate y lechuga
- Fruta
- Pan

**26** Kcal 634 P. 15  
Lip. 28 H.C. 76

- Sopa de estrellas con pollo y huevo
- Tortilla de patata con lechuga
- Fruta
- Pan

## JUEVES

**06** Kcal 684 P. 15  
Lip. 27 H.C. 93

- Arroz tres delicias
- Tortilla de patata con ensalada
- Fruta
- Pan

**13** Kcal 763 P. 18  
Lip. 45 H.C. 70

- Crema de calabaza y zanahoria
- Albóndigas de vacuno y cerdo a la jardinera
- Fruta
- Pan

**20** Kcal 623 P. 30  
Lip. 29 H.C. 60

- Sopa de ave con fideos
- Hamburguesa de ternera 100% en salsa jardinera con lechuga
- Fruta
- Pan

**27** Kcal 646 P. 25  
Lip. 34 H.C. 57

- Menestra de verduras
- Salchichas frescas con ensalada
- Fruta
- Pan

## VIERNES

**07** Kcal 770 P. 36  
Lip. 22 H.C. 103

- Espirales con tomate
- Palometa al horno con salsa de verduras
- Yogurt sabores
- Pan

**14** Kcal 744 P. 36  
Lip. 25 H.C. 86

- Alubias blancas con verdura
- Salmón al horno con lechuga
- Yogurt natural azucarado
- Pan

**21** Kcal 691 P. 57  
Lip. 18 H.C. 59

- Lentejas con verdura
- Estofado de pavo en salsa con lechuga
- Yogurt sabores
- Pan

**28** Kcal 661 P. 41  
Lip. 19 H.C. 73

- Alubias blancas con verdura
- Filete de merluza en salsa de verduras
- Yogurt natural azucarado
- 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.