
































MENÚ FEBRERO 2018

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29 SAN VALERO	30	31	1 Paella mixta Pollo asado con patatas Fruta del tiempo Kcal aprox: 602,7/774,1	2 Sopa de cocido con garbanzos   Merluza empanada con ensalada de tomate  Postre lácteo  Kcal aprox: 589,1/760,0
5 Espagueti cuatro quesos   Pechuga a al horno con ensalada Fruta del tiempo Kcal aprox: 600,2/773,1	6 Verdura del tiempo Albondigas en salsa de tomate  Fruta del tiempo Kcal aprox: 587,4/769,5	7 Arroz tres delicias Lomo a la plancha con brotes tiernos Fruta del tiempo Kcal aprox: 596,7/770,4	8 Vichyssoise Estofado de ternera con champiñón y guisantes Fruta del tiempo Kcal aprox: 595,3/779,5	9 Lentejas estofadas Merluza en salsa verde  Postre lácteo  Kcal aprox: 598,2/770,1
12 Sopa de fideos   San Jacobo con ensaladas variadas   Fruta del tiempo Kcal aprox.: 597,6/768,1	13 Verdura del tiempo Lomo a la riojana Fruta del tiempo Kcal aprox.: 594,5/778,7	14 Garbanzos de ayuno Calamares a la Romana con mayonesa    Fruta del tiempo Kcal aprox.: 601,8/775,3	15 Paella mixta Pollo asado con ensalada Fruta del tiempo Kcal aprox.: 602,7/774,1	16 Puré patatas Pescado al horno con salsa rosa   Postre lácteo  Kcal aprox: 589,2/765,8
19 Alubias blancas con jamón Pechuga al horno con ensaladas Fruta del tiempo Kcal aprox.: 600,4/775,7	20 Arroz con tomate Hamburguesa de ternera a la plancha con tomate y cebolla Fruta del tiempo Kcal aprox.: 597,3/782,4	21 Fideuá  Croquetas de jamón con ensalada   Fruta del tiempo Kcal aprox: 592,6/762,9	22 Menestra de verduras Lomo a la plancha con salsa de quesos Fruta del tiempo Kcal aprox: 587,5/760,3	23 Sopa juliana   Pescado en salsa italiana  Postre lácteo  Kcal aprox: 587,6/760,7
26 Lacitos carbonara   Salchichas al vapor con patatas fritas Fruta del tiempo Kcal aprox.: 593,2/766,8	27 Paella mixta Pollo asado con ensaladas variadas Fruta del tiempo Kcal aprox.: 602,7/774,1	28 Lentejas estofadas Ternera guisada con verduritas Fruta del tiempo Kcal aprox.: 599,8/771,3	1 Crema de calabacín Filete ruso en salsa española  Fruta del tiempo Kcal aprox.: 595,3/766,1	2 Verdura del tiempo Pescado empanado con ensalada   Postre lácteo Kcal aprox.: 596,3/768,5

***COMO GUARNICIÓN DEL SEGUNDO PLATO SIEMPRE HAY DISPONIBLE ENSALADA.**

**** HAY PAN COMO ACOMPAÑAMIENTO PARA TODOS LOS COMENSALES**

***** LAS CALORÍAS REFLEJAN VALORES ORIENTATIVOS, BASADOS EN LAS INDICACIONES DE LA GUÍA DE COMEDORES ESCOLARES DE LA COMUNIDAD DE ARAGÓN. LAS CIFRAS ESTÁN REFERIDAS PARA LOS TRAMOS DE EDAD DE 3 a 8 AÑOS y de 9 a 13.**

NOTA: El menú puede sufrir alguna variación según la disponibilidad de género en el mercado.

DIETAS ESPECIALES: Avisar en secretaría antes de las 11:00 ALERGIAS/INTOLERANCIAS: Indicarlo por escrito al encargado del comedor

Según el Reglamento (UE) nº 1169/2011, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, a partir de ahora se informará en el menú de la presencia de sustancias que pueden provocar alergias o intolerancias alimentarias



Si hemos comido ...	Podemos cenar ...
Cereales/féculas/legumbre	Hortalizas crudas o verduras cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne
Fruta	Fruta o lácteo
Lácteo	Fruta

