



FÁCIL MASTICACIÓN



XUÑO 2023



LUNS

29/05/2023

MARTES

30/05/2023

MÉRCORES

31/05/2023

XOVES

01/06/2023

VENRES

02/06/2023

Semana 1

SOPA MARAVILLA CON CABAZA

COLIFLOR O VAPOR

ROLIÑO PRIMAVERA

XURELO O FORNO

PATACA COCIDA

XUDIAS REFOGADAS

IOGUR

IOGUR

05/06/2023

CREMA CAMPEIRA

06/06/2023

CHÍCHAROS SALTEADOS

07/06/2023

LENTELLAS VEXETAIS

08/06/2023

CREMA DE CABACIÑA

09/06/2023

SOPA DE CABELLIN

Semana 2

TORTILLA FRANCESA

BOLOÑESA VEXETAL

PESCADA EN SALSA VERDE

MACARRONS CON TOMATE E ATÚN

GALLO SAN PEDRO O FORNO

ARROZ BRANCO

MACARRONS

PATACA O VAPOR CON PEREXIL

PATACA PANADEIRA

IOGUR

IOGUR

IOGUR

IOGUR ECOLÓXICO

IOGUR

12/06/2023

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

13/06/2023

XUDIAS CON OVO

14/06/2023

ESPAGUETTIS CON VERDURAS

15/06/2023

FABAS VEXETAIS

16/06/2023

CREMA DE CABACIÑA

Semana 3

ATUN GUISADO

PESCADA O FORNO

GALLO SAN PEDRO O FORNO

ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE

XURELO O FORNO

FIDEOS

PATACA COCIDA

CENORIA SALTEADA

ARROZ BRANCO

PATACA GUISADA

IOGUR

IOGUR

IOGUR

IOGUR

IOGUR

19/06/2023

MACARRONS SALTEADOS

20/06/2023

TORTILLA DE CABACIÑA

21/06/2023

MENU ESPECIAL FIN DE CURSO

22/06/2023

FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA

ARROZ CON VERDURAS

23/06/2023

BROCOLI CON CENORIA

FLAN

IOGUR

Semana 4

Garante que estos menús fueron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade. Se desexa consultar o menú online visita: www.arumeservicios.com

