

SEN CARNE

OUTUBRO 2023



LUNS

02/10/2023

CREMA DE CENORIA

ATUN GUISADO

FIDEOS

IOGUR

MARTES

03/10/2023

LENTELLAS A CASEIRA

TORTILLA FRANCESA

PATACA COCIDA

FROITA

MÉRCORES

04/10/2023

ENSALADA TROPICAL

PESCADA EN SALSA DE PORROS

CODIÑOS SALTEADOS

IOGUR

XOVES

05/10/2023

CREMA CAMPEIRA

ROLIÑO PRIMAVERA

XARDIÑEIRA

FROITA

VENRES

06/10/2023

FABAS GUISADAS

XURELO EN SALSA DE LIMÓN

PURÉ DE CENORIA

FROITA

Semana 1

09/10/2023

CREMA DE CABAZA E CABACIÑA

MACARRONS CON TOMATE E ATÚN

IOGUR ECOLÓXICO

10/10/2023

ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, MILLO E CENORIA CON OVO COCIDO

GALLO SAN PEDRO O FORNO

PATACAS ESTUFADAS

FROITA

11/10/2023

LENTELLAS GUISADAS

PESCADA O FORNO

CHÍCHAROS CON CENORIAS

FROITA

12/10/2023

FESTIVO

13/10/2023

NON LECTIVO

Semana 2

16/10/2023

FABAS VEXETAIS

XARDA EN SALSA VERDE

CHÍCHAROS CON PATACAS

FROITA

17/10/2023

CREMA DE CABACIÑA

BOLOÑESA VEXETAL

MACARRONS

IOGUR

18/10/2023

GARAVANZOS ESTUFADOS

GALLO SAN PEDRO O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

19/10/2023

SOPA DE VERDURAS CON CABELLIN

TORTILLA FRANCESA

ARROZ BRANCO

IOGUR

20/10/2023

MACARRONS A NAPOLITANA

PESCADA A GALEGA

PATACAS CON BROCOLI

FROITA

Semana 3

23/10/2023

ENSALADA CON HUEVO

ROLIÑO PRIMAVERA

ARROZ BRANCO

IOGUR

24/10/2023

CALDO VEXETAL

XARDA A MARIÑEIRA

PATACAS O ROMERO

FROITA

25/10/2023

FABAS ESTUFADAS

TORTILLA FRANCESA

ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA, MILLO E CENORIA

FROITA

26/10/2023

CREMA CAMPEIRA

ATUN GUISADO

FIDEOS

FLAN

27/10/2023

TORTILLA DE CABACIÑA

ARROZ CON VERDURAS

FROITA

Semana 4

30/10/2023

TALLARINS CON CHAMPIÑONS

PESCADA EN SALSA DE ALBAHACA

BROCOLI E CENORIA

FROITA

31/10/2023

CREMA DE CABAZA

TORTILLA DE PATACA

ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA

FROITA

01/11/2023

02/11/2023

03/11/2023

Semana 5

Garante que estos menús foron 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

