



SEN PEIXE



OUTUBRO 2021



LUNS

27/09/2021

MARTES

28/09/2021

MÉRCORES

29/09/2021

XOVES

30/09/2021

VENRES

01/10/2021

ENRELLADO DE POLO CON CEBOLA
CARAMELIZADA

PAELLA DE PAVO CON VERDURAS

IOGUR

Semana 1

04/10/2021

CREMA DE CABAZA

TENREIRA ASADA

TOMATE NATURAL

IOGUR

05/10/2021

CAZUELA DE VERDURAS CON FIDEOS

LOMBO O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E
ESPARRAGOS

FROITA

06/10/2021

ENSALADA DE ARROZ

TORTILLA FRANCESA

PATACA O VAPOR

IOGUR

07/10/2021

CREMA DE CABACIÑA

BOLOÑESA VEXETAL

MACARRONS

FROITA

08/10/2021

SOPA MARAVILLA CON CABAZA E
CENORIA

POLO ASADO

BRÓCOLI

FROITA

Semana 2

11/10/2021

NON LECTIVO

12/10/2021

FESTIVO

13/10/2021

LENTELLAS A CASEIRA

TENREIRA ASADA

ARROZ CON VERDURAS

FROITA

14/10/2021

CREMA DE BROCOLI E CENORIA

ALBONDEGAS EN SALSA

XARDIÑEIRA

IOGUR

15/10/2021

XUDIAS CON ALLADA

LOMBO ASADO

ARROZ BRANCO

FROITA

Semana 3

18/10/2021

ENSALADA MIXTA

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

MACARRONS SALTEADOS CON ALLO
E PEREXIL

FROITA

19/10/2021

SOPA DE VERDURAS

TENREIRA ASADA

ARROZ BRANCO

IOGUR

20/10/2021

FABADA

LOMBO O FORNO

PATACAS

FROITA

21/10/2021

TALLARINS A NAPOLITANA

POLO O CHILINDRON

MINESTRA

IOGUR

22/10/2021

ENSALADILLA

TORTILLA DE PATACA

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

Semana 4

25/10/2021

GARAVANZOS ESTUFADOS

XAMÓN ASADO EN SALSA

CODIÑOS SALTEADOS

IOGUR

26/10/2021

SOPA DE ESTRELIÑAS

XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO

LEITUGA E TOMATE

FROITA

27/10/2021

TORTILLA DE PATACA

TENREIRA CON VERDURAS

ARROZ BRANCO

FROITA

28/10/2021

CALDO GALEGO

FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA

PURÉ DE PATACA

IOGUR

29/10/2021

XUDIAS REFOGADAS

TENREIRA ASADA

ARROZ BRANCO

FROITA

Semana 5

Garantía que esta menús están 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 visite: www.arumeservicios.com

