



CELIACO



NOVIEMBRE 2021



LUNS

01/11/2021

FESTIVO

MARTES

02/11/2021

CREMA DE CABACIÑA

PESCADA A MARIÑEIRA

PATACA O VAPOR

IOGUR

MÉRCORES

03/11/2021

SOPA DE LETRAS

POLO O CHILINDRON

VERDURAS

FROITA

XOVES

04/11/2021

ESPGUETTIS CON TOMATE

XURELO EN SALSA DE LIMÓN

ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS

IOGUR

VENRES

05/11/2021

MINESTRA

XAMÓN ASADO EN SALSA

PURÉ DE PATACA

FROITA

Semana 1

08/11/2021

CREMA DE CABAZA
RAGOUT DE PORCO CON CHAMPIÑONS E CENORIAS

XELATINA

09/11/2021

GARAVANZOS CON ESPINACAS

LOMBO ASADO

VERDURAS

FROITA

10/11/2021

ESPIRAIS O FORNO

PESCADA A GALEGA

PATACA O VAPOR

IOGUR ECOLÓXICO

11/11/2021

CREMA DE CABACIÑA

TENREIRA GOVERNADA CON ARROZ

FROITA

12/11/2021

FABADA

FOGONEIRO O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

Semana 2

15/11/2021

COLIFLOR A GALEGA
PUCHERO DE PAVO CON PATACAS

IOGUR

16/11/2021

SOPA DE PASTA

PAELLA MIXTA DE PEIXE, POLO E LURAS

FROITA

17/11/2021

MINESTRA

CALDERETA DE TENREIRA

MACARRONS

FROITA

18/11/2021

FABAS VEXETAIS

FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS

FROITA

19/11/2021

XUDIAS CON ALLADA

LOMBO ASADO

MACARRONS

IOGUR

Semana 3

22/11/2021

CREMA DE VERDURAS
ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS

IOGUR

23/11/2021

SOPA DE FIDEOS

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

PATACAS O FORNO

FROITA

24/11/2021

CALDO GALEGO

GUISO DE CALAMARES CON ARROZ

FROITA

25/11/2021

ESPAQUETIS NAPOLITANA

ALBÓNDEGAS

PURÉ DE PATACA

FROITA

26/11/2021

POTAXE DE GARAVANZOS

PESCADA CON ALLADA

BROCOLI CON CENORIA

IOGUR DE CHOCOLATE

Semana 4

29/11/2021

TORTILLA DE CABACIÑA

ARROZ MILANESA

IOGUR

30/11/2021

PASTA SALTEADA CON VERDURAS

GUISO DE BACALLAO CON PATACAS

FROITA

01/12/2021

02/12/2021

03/12/2021

Semana 5

Garante que estos menús foron planificados segundo os principios dietéticos 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 on-line visite: www.arumeservicio.com

