



LAXANTE



MAIO 2022



LUNS

02/05/2022

BRECOL A CASEIRA

ALBÓNDEGAS

ARROZ INTEGRAL

FROITA

MARTES

03/05/2022

LENTELLAS VEXETAIS

PESCADA A MARIÑEIRA

PATACAS O VAPOR

IOGUR

MÉRCORES

04/05/2022

CREMA DE CABACIÑA

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

MACARRONS

FROITA

XOVES

05/05/2022

EMPANADA DE IORK

XAMÓN ASADO EN SALSA

ARROZ INTEGRAL

IOGUR

VENRES

06/05/2022

MACARRONS INTEGRAIS CON TOMATE

XARDA O FORNO

LEITUGA E TOMATE

FROITA

Semana 1

09/05/2022

CREMA DE CABAZA

FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA

PURÉ DE PATACA

IOGUR

10/05/2022

ENSALADA CON GARAVANZOS

LOMBO ASADO

VERDURAS

FROITA

11/05/2022

MACARRONS INTEGRAIS O FORNO

PESCADA A GALEGA

PATACAS O VAPOR

IOGUR ECOLÓXICO

12/05/2022

CREMA DE CABACIÑA

POLO O CHILINDRON

ARROZ INTEGRAL

FROITA

13/05/2022

FABAS VEXETAIS

BACALLAO O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

Semana 2

16/05/2022

SOPA DE VERDURAS

TENREIRA ASADA

PATACA COCIDA

IOGUR

17/05/2022

FESTIVO

18/05/2022

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

XARDA O FORNO

ARROZ INTEGRAL

FROITA

19/05/2022

FABAS VEXETAIS

PESCADA O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS

FROITA

20/05/2022

ENSALADA TRICOLOR

ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS

IOGUR

Semana 3

23/05/2022

XUDIAS CON ALLADA

BOLOÑESA VEXETAL

MACARRONS

IOGUR

24/05/2022

TORTILLA DE CABACIÑA

PEITUGA DE POLO

PURÉ DE PATACA

FROITA

25/05/2022

MACARRONS INTEGRAIS CON TOMATE

XARDA CON ALLADA

BROCOLI

FROITA

26/05/2022

SOPA DE VERDURAS

ALBONDEGAS EN SALSA

PURÉ DE PATACA

FROITA

27/05/2022

CREMA DE ESPINACAS

PESCADA EN SALSA

ARROZ INTEGRAL

IOGUR

Semana 4

30/05/2022

ENSALADA PRIMAVERA

XAMÓN ASADO EN SALSA

PATACA COCIDA

IOGUR

31/05/2022

PASTA INTEGRAL CON VERDURAS

GUISO DE BACALLAO

FROITA

01/06/2022

02/06/2022

03/06/2022

Semana 5

Garantía que estos menús fueron planificados segundo los principios dietético-nutricionales establecidos por la OMS (Organización Mundial de la Salud) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidad. Se desexa consultar o menú online visita: www.arumeservicios.com

