



SEN FROITOS SECOS



MAIO 2022



	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
Semana 1	02/05/2022	03/05/2022	04/05/2022	05/05/2022	06/05/2022
	BRECOL A CASEIRA	POTAXE DE LENTELLAS	ENSALADILLA CON OVO RELADO E MAHONESA	ARROZ TRES DELICIAS	ESPGUETTIS CON TOMATE
	ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE	PESCADA A MARIÑEIRA	POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS	RAGOUT DE PORCO CON CHAMPIÑONS E CENORIAS	XARDA EN SALSA DE LIMON
	ARROZ BRANCO	PATACAS O VAPOR	MACARRONS		LEITUGA E TOMATE
	FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA
Semana 2	09/05/2022	10/05/2022	11/05/2022	12/05/2022	13/05/2022
	CREMA DE CABAZA	ENSALADA CON GARAVANZOS	ESPIRAIS O FORNO	CREMA DE CABACIÑA	FABADA
	XAMÓN ASADO EN SALSA	LOMBO NATURAL ADUBADO	PESCADA A GALEGA	POLO O CHILINDRON	BACALLAO O FORNO
	PURÉ DE PATACA	VERDURAS	PATACAS O VAPOR	ARROZ BRANCO	ENSALADA DE LEITUGA E MILLO
	IOGUR	FROITA	IOGUR ECOLÓXICO	FROITA	FROITA
Semana 3	16/05/2022	17/05/2022	18/05/2022	19/05/2022	20/05/2022
	SOPA DE FIDEOS		CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ	FABAS ESTUFADAS	ENSALADA TRICOLOR
	PUCHERO DE TENREIRA CON PATACA	FESTIVO	PAELLA MIXTA DE PEIXE, POLO E LURAS	PESCADA O FORNO	ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS
				ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	
	IOGUR		FROITA	FROITA	IOGUR
Semana 4	23/05/2022	24/05/2022	25/05/2022	26/05/2022	27/05/2022
	XUDIAS CON ALLADA	TORTILLA DE CABACIÑA	ENSALADA ITALIANA	SOPA DE ESTRELIÑAS	CREMA DE CENORIA
	LOMBO ASADO	ARROZ MILANESA	XARDA CON ALLADA	ALBÓNDEGAS	PESCADA EN SALSA DE PORROS
	MACARRONS SALTEADOS		BROCOLI E CENORIA	PURÉ DE PATACA	ARROZ BRANCO
	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR DE CHOCOLATE
Semana 5	30/05/2022	31/05/2022	01/06/2022	02/06/2022	03/06/2022
	ENSALADA PRIMAVERA	CAZUELA DE VERDURAS CON FIDEOS			
	RAGOUT DE PORCO CON CHAMPIÑONS E CENORIAS	GUISO DE BACALLAO			
	IOGUR	FROITA			

Garantía que estas 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

