



SEN LACTOSA-PROTEINA DO LEITE



XUÑO 2022



LUNS

30/05/2022

MARTES

31/05/2022

MÉRCORES

01/06/2022

XOVES

02/06/2022

VENRES

03/06/2022

Semana 1

ENSALADILLA

CREMA CAMPEIRA

FABAS VEXETAIS

POLO O CHILINDRON

LOMBO ASADO

PESCADA O FORNO

ARROZ BRANCO

PATACA ASADA

MACARRONS SALTEADOS

IOGUR DE SOIA

FROITA

FROITA

06/06/2022

SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA

07/06/2022

ENSALADA CON GARAVANZOS

08/06/2022

ARROZ TRES DELICIAS

09/06/2022

LENTELLAS A CASEIRA

10/06/2022

XUDIAS CON ALLADA

TENREIRA EN SALSA DE CENORIA CON PATACAS

ATÚN GUISADO

XAMÓN ASADO EN SALSA

PESCADA A MARIÑEIRA

PAELLA DE POLO CON VERDURAS

FIDEOS

PURÉ DE CENORIA

LEITUGA E TOMATE

IOGUR DE SOIA

FROITA

FROITA

IOGUR DE SOIA

FROITA

Semana 2

13/06/2022

CREMA DE CENORIA E BROCOLI

14/06/2022

ENSALADILLA

15/06/2022

CREMA DE CABACIÑA

16/06/2022

SOPA DE VERDURAS

17/06/2022

ENSALADA CAMPEIRA

XARDA EN SALSA VERDE

BOLOÑESA VEXETAL

GUISO DE BACALLAO CON PATACAS

XAMÓN ASADO

POLO O ALLO

PATACA O VAPOR

MACARRONS SALTEADOS

ARROZ BRANCO

CODIÑOS SALTEADOS

FROITA

IOGUR DE SOIA

FROITA

IOGUR DE SOIA

FROITA

Semana 3

20/06/2022

GARAVANZOS ESTUFADOS

21/06/2022

ENSALADA PRIMAVERA

22/06/2022

MENU ESPECIAL FIN DE CURSO

23/06/2022

PESCADA O FORNO

TAQUIÑO DE POLO GUISADO

24/06/2022

PATACA COCIDA

MACARRONS SALTEADOS

IOGUR DE SOIA

FROITA

Semana 4

Garante que estos menús fueron 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

