



# OUTUBRO 2022

## LUNS

03/10/2022

TAZON DE LEITE

cacao

TORRADAS CON ACEITE DE OLIVA

FROITA

## MARTES

04/10/2022

TAZON DE LEITE

cacao

CEREAIS CHOCOLATEADOS

FROITA

## MÉRCORES

05/10/2022

TAZON DE LEITE

cacao

PAN CON MANTEIGA

MACEDONIA DE FROITAS

## XOVES

06/10/2022

TAZON DE LEITE

cacao

GALLETAS

FROITA

## VENRES

07/10/2022

TAZON DE LEITE

cacao

PAN

FROITA

Semana 1

10/10/2022

TAZON DE LEITE

cacao

TORRADAS INTEGRAIS CON ACEITE DE OLIVA

FROITA

11/10/2022

TAZON DE LEITE

cacao

GALLETAS

FROITA

12/10/2022

**FESTIVO**

13/10/2022

TAZON DE LEITE

cacao

CEREAIS

MACEDONIA DE FROITAS

14/10/2022

TAZON DE LEITE

cacao

PAN

FROITA

Semana 2

17/10/2022

TAZON DE LEITE

cacao

GALLETAS

FROITA

18/10/2022

TAZON DE LEITE

cacao

TORRADAS CON MANTEIGA E MARMELADA

FROITA

19/10/2022

TAZON DE LEITE

cacao

PAN

FROITA

20/10/2022

TAZON DE LEITE

cacao

CEREAIS CHOCOLATEADOS

ZUME NATURAL

21/10/2022

TAZON DE LEITE

cacao

PAN CON ACEITE E TOMATE

MACEDONIA DE FROITAS

Semana 3

24/10/2022

TAZON DE LEITE

cacao

TORRADAS INTEGRAIS CON MANTEIGA E MARMELADA

FROITA

25/10/2022

TAZON DE LEITE

cacao

CEREAIS CON COPOS DE AVENA

FROITA

26/10/2022

TAZON DE LEITE

cacao

PAN CON XAMÓN

FROITA

27/10/2022

TAZON DE LEITE

cacao

GALLETAS

MACEDONIA DE FROITAS

28/10/2022

TAZON DE LEITE

cacao

PAN

FROITA

Semana 4

31/10/2022

**NON LECTIVO**



Semana 5

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](http://www.arumeservicios.com)

Revisado: **Inés Barciela Cabaleiro**  
Técnico Superior en Dietética y Nutrición  
DNI.: 53172340 C