



# SEN CARNE



## SETEMBRO 2022



LUNS

05/09/2022

MARTES

06/09/2022

MÉRCORES

07/09/2022

XOVES

08/09/2022

VENRES

09/09/2022

Semana 1

CREMA DE CABAZA

POTAXE DE LENTELLAS

ROLIÑO PRIMAVERA

PESCADA A MARIÑEIRA

ARROZ BRANCO

PATACAS O VAPOR

FROITA

IOGUR

12/09/2022

13/09/2022

14/09/2022

15/09/2022

16/09/2022

ARROZ TRES DELICIAS

ENSALADA CON GARAVANZOS

ESPIRAIS O FORNO

TORTILLA DE PATACA

ENSALADA TROPICAL

XARDA EN SALSA DE LIMON

TORTILLA FRANCESA

PESCADA A GALEGA

ROLIÑO PRIMAVERA

FOGONEIRO O FORNO

ESPAGUETIS SALTEADOS

VERDURAS

PATACAS O VAPOR

XARDIÑEIRA

ARROZ BRANCO

IOGUR

FROITA

FLAN

FROITA

FROITA

Semana 2

19/09/2022

20/09/2022

21/09/2022

22/09/2022

23/09/2022

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

SOPA DE ESTRELIÑAS

ENSALADILLA CON OVO RELADO E MAHONESA

FABAS ESTUFADAS

PASTA A NAPOLITANA

ATÚN GUISADO CON FIDEOS

XARDA O FORNO

TORTILLA FRANCESA

PESCADA O FORNO

FOGONEIRO O FORNO

IOGUR

FROITA

FROITA

FROITA

IOGUR

Semana 3

26/09/2022

27/09/2022

28/09/2022

29/09/2022

30/09/2022

ENSALADA CAMPEIRA

TORTILLA DE CABACIÑA

LENTELLAS VEXETAIS

XUDIAS REFOGADAS

ENSALADA CAMPEIRA

MEDALLON DE SALMON E CABAZA

FOGONEIRO O FORNO

XARDA CON ALLADA

MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL

REDONDO DE PESCADA A MARIÑEIRA

PATACA GUISADA

VERDURAS

BROCOLI E CENORIA

ARROZ BRANCO

IOGUR

FROITA

FROITA

FROITA

IOGUR ECOLÓXICO

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

