

SEN FRUCTOSA



OUTUBRO 2022



LUNS

03/10/2022

CREMA DE PATACA

XAMON ASADO

ARROZ BRANCO

IOGUR

MARTES

04/10/2022

SOPA DE CABELLIN

PESCADA O FORNO

PATACA COCIDA

IOGUR

MÉRCORES

05/10/2022

MACARRONS SALTEADOS

XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS

PURÉ DE PATACA

IOGUR

XOVES

06/10/2022

CREMA DE PATACA

LOMBO ASADO

PASTA SALTEADA

IOGUR

VENRES

07/10/2022

SOPA DO DIA

XARDA O FORNO

ARROZ BRANCO

IOGUR

Semana 1

10/10/2022

SOPA DE ARROZ

TENREIRA ASADA

PATACA ASADA

IOGUR

11/10/2022

SOPA DE PIÑONS

XAMON ASADO

PURÉ DE PATACA

IOGUR

12/10/2022

FESTIVO

13/10/2022

CREMA DE PATACA

XARDA O FORNO

ARROZ BRANCO

IOGUR

14/10/2022

SOPA DE PASTA

PEITUGA DE POLO

PATACA COCIDA

IOGUR

Semana 2

17/10/2022

ESPAGUETIS SALTEADOS

PESCADA O FORNO

PATACA O VAPOR CON PEREXIL

IOGUR

18/10/2022

SOPA DE FIDEOS

TENREIRA ASADA

ARROZ BRANCO

IOGUR

19/10/2022

MACARRONS SALTEADOS

FOGONEIRO O FORNO

PURÉ DE PATACA

IOGUR

20/10/2022

SOPA DO DIA

XAMON ASADO

ARROZ BRANCO

IOGUR

21/10/2022

CODIÑOS SALTEADOS

POLO ASADO

PATACA ASADA

IOGUR

Semana 3

24/10/2022

SOPA DE ARROZ

LOMBO ASADO

PATACA COCIDA

IOGUR

25/10/2022

CREMA DE PATACA

XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS

MACARRONS SALTEADOS

IOGUR

26/10/2022

SOPA DE FIDEOS

XARDA O FORNO

ARROZ BRANCO

IOGUR

27/10/2022

TORTILLA DE PATACA

REDONDO DE PESCADA O FORNO

PURÉ DE PATACA

IOGUR

28/10/2022

SOPA DE PASTA

PEITUGA DE POLO

ARROZ BRANCO

IOGUR

Semana 4

Garante que estos menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materiais primas de 1ª calidade. Se desexas consultar o menú online visita: www.arumeservicios.com

