



SEN CARNE



NOVIEMBRE 2022



	LUNS 31/10/2022	MARTES 01/11/2022	MÉRCORES 02/11/2022	XOVES 03/11/2022	VENRES 04/11/2022
Semana 1		FESTIVO	SOPA DE ESTRELIÑAS FOGONEIRO O FORNO VERDURAS FROITA	XUDIAS CON ALLADA XARDA EN SALSA DE LIMON ESPAGUETIS SALTEADOS IOGUR	CALDO VEXETAL TORTILLA DE PATACA FROITA
Semana 2	07/11/2022 CREMA DE CABAZA MACARRONS CON TOMATE E ATÚN IOGUR	08/11/2022 GARAVANZOS ESTUFADOS TORTILLA FRANCESA VERDURAS FROITA	09/11/2022 ESPIRAIS O FORNO PESCADA EN SALSA VERDE PATACAS O VAPOR IOGUR ECOLÓXICO	10/11/2022 SOPA DE VERDURAS ROLIÑO PRIMAVERA ARROZ BRANCO FROITA	11/11/2022 FABAS VEXETAIS FOGONEIRO O FORNO ENSALADA DE LEITUGA E MILLO FROITA
Semana 3	14/11/2022 SOPA DE ESTRELIÑAS XARDA O FORNO PATACA COCIDA IOGUR	15/11/2022 CREMA DE VERDURAS ARROZ CON BACALAO FROITA	16/11/2022 MINESTRA SALTEADA FOGONEIRO O FORNO FIDEOS FROITA	17/11/2022 LENTELLAS VEXETAIS PESCADA O FORNO ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS FROITA	18/11/2022 SOPA DE PIÑONS TORTILLA FRANCESA PATACA COCIDA IOGUR
Semana 4	21/11/2022 COLIFLOR A GALEGA MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL IOGUR	22/11/2022 CREMA DE CENORIA TORTILLA FRANCESA PATACA GUISADA FROITA	23/11/2022 GARAVANZOS CON VERDURAS LURAS ENCEBOLADAS CON ARROZ FROITA	24/11/2022 SOPA DE FIDEOS ROLIÑO PRIMAVERA PURÉ DE PATACA FROITA	25/11/2022 ARROZ TRES DELICIAS REDONDO DE PESCADA CON ALLADA BROCOLI E CENORIA IOGUR DE CHOCOLATE
Semana 5	28/11/2022 TORTILLA DE CABACIÑA TACO DE VERDURAS SUPERFOOD IOGUR	29/11/2022 PASTA SALTEADA CON VERDURAS PESCADA EN SALSA DE CEDEIRESA PATACAS O VAPOR FROITA	30/11/2022 CHÍCHAROS CON XAMÓN E PATACAS ROLIÑO PRIMAVERA ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO IOGUR	01/12/2022	02/12/2022

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 desasa consultar o menú online visite: www.arumeservicios.com

