



FÁCIL MASTICACIÓN



FEBREIRO 2023



LUNS

30/01/2023

MARTES

31/01/2023

MÉRCORES

01/02/2023

XOVES

02/02/2023

VENRES

03/02/2023

Semana 1

GARAVANZOS CON VERDURAS

SOPA DE FIDEOS

LENTELLAS VEXETAIS

ROLIÑO PRIMAVERA

ALBONDEGAS EN SALSA

REDONDO DE PESCADA CON ALLADA

ARROZ BRANCO

XARDIÑEIRA

BROCOLI E CENORIA

IOGUR

IOGUR

IOGUR DE CHOCOLATE

06/02/2023

TORTILLA DE CABACIÑA

07/02/2023

PASTA SALTEADA CON VERDURAS

08/02/2023

CHÍCHAROS CON XAMÓN E PATACAS

09/02/2023

CREMA CAMPEIRA

10/02/2023

FABAS ESTUFADAS

ROLIÑO PRIMAVERA

PESCADA EN SALSA DE CEDEIRESA

TORTILLA FRANCESA

BOLOÑESA VEXETAL

XARDA O FORNO

XUDIAS SALTEADAS

CENORIA SALTEADA

ARROZ BRANCO

MACARRONS SALTEADOS

PATACA PANADEIRA

IOGUR

IOGUR

IOGUR

IOGUR

IOGUR

Semana 2

13/02/2023

SOPA MARAVILLA CON CABAZA

14/02/2023

XUDIAS CON ALLADA

15/02/2023

LENTELLAS VEXETAIS

16/02/2023

CREMA VEXETAL

17/02/2023

SOPA DE COCIDO

BACALLOO ESTUFADO CON PATACAS

BOLOÑESA VEXETAL

PESCADA EN SALSA VERDE

FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA

TORTILLA FRANCESA

MACARRONS

PATACA O VAPOR CON PEREXIL

ARROZ BRANCO

REPOLO E PATACA

IOGUR

IOGUR

IOGUR

IOGUR ECOLÓXICO

FLOR DE ENTROIDO

Semana 3

20/02/2023

VACACIONES DE ENTROIDO

21/02/2023

VACACIONES DE ENTROIDO

22/02/2023

VACACIONES DE ENTROIDO

23/02/2023

GARAVANZOS ESTUFADOS

ATUN GUISADO

FIDEOS

IOGUR

24/02/2023

CREMA DE CABACIÑA

ROLIÑO PRIMAVERA

ARROZ BRANCO

IOGUR

Semana 4

27/02/2023

GARAVANZOS ESTUFADOS

XARDA CON ALLADA

PATACAS COCIDAS

FLAN

28/02/2023

TORTILLA DE CABACIÑA

ROLIÑO PRIMAVERA

CENORIA SALTEADA

IOGUR

01/03/2023

02/03/2023

03/03/2023

Semana 5

Garante que estos menús fueron planificados segundo los principios dietético-nutricionales establecidos por la OMS (Organización Mundial de la Salud) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidad. Se desea consultar el menú online visite: www.arumeservicios.com

