



SEN FROITOS SECOS



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
LURAS ENCEBOLADAS CON ARROZ	ALBONDEGAS EN SALSA	REDONDO DE PESCADA CON ALLADA
	XARDIÑEIRA	BROCOLI E CENORIA
FROITA	FROITA	IOGUR DE CHOCOLATE

06/02/2023

TORTILLA DE CABACIÑA

GUIZO DE PORCO CON ARROZ

IOGUR

07/02/2023

PASTA SALTEADA CON VERDURAS

FILETE DE PESCADA A ROMANA
ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FROITA

08/02/2023

CHÍCHAROS CON XAMÓN E PATACAS

LOMBO NATURAL ADUBADO

ARROZ BRANCO

IOGUR

09/02/2023

CREMA CAMPEIRA

POLO O CHILINDRON

PURÉ DE PATACA

FROITA

10/02/2023

FABAS ESTUFADAS

XARDA O FORNO

PATACA PANADEIRA

FROITA

Semana 2

13/02/2023

SOPA MARAVILLA CON CABAZA

BACALLOO ESTUFADO CON PATACAS

IOGUR

14/02/2023

XUDIAS CON ALLADA

LOMBO ASADO

MACARRONS SALTEADOS

FROITA

15/02/2023

LENTELLAS A CASEIRA

PESCADA EN SALSA VERDE

PATACA O VAPOR CON PEREXIL

FROITA

16/02/2023

CREMA VEXETAL

FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA

ARROZ BRANCO

IOGUR ECOLÓXICO

17/02/2023

SOPA DE COCIDO

COCIDO

FLOR DE ENTROIDO

Semana 3

20/02/2023

VACACIONS DE ENTROIDO

21/02/2023

VACACIONS DE ENTROIDO

22/02/2023

VACACIONS DE ENTROIDO

23/02/2023

GARAVANZOS ESTUFADOS

ATUN GUISADO

FIDEOS

IOGUR

24/02/2023

CREMA DE CABACIÑA

POLO O ALLO

ARROZ BRANCO

FROITA

Semana 4

27/02/2023

GARAVANZOS ESTUFADOS

XARDA CON ALLADA

PATACAS COCIDAS

FLAN

28/02/2023

TORTILLA DE CABACIÑA

ARROZ MILANESA

FROITA

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

