



SEN OVO



FEBREIRO 2023



LUNS

30/01/2023

MARTES

31/01/2023

MÉRCORES

01/02/2023

XOVES

02/02/2023

VENRES

03/02/2023

Semana 1

POTAXE DE GARAVANZOS
GUIZO DE CALAMARES CON ARROZ

SOPA DE PASTA
ALBÓNDEGAS
XARDIÑEIRA
FROITA

LENTELLAS ESTUFADAS
REDONDO DE PESCADA CON ALLADA
BROCOLI CON CENORIA
IOGUR DE CHOCOLATE

06/02/2023

SOPA DE PASTA
GUIZO DE PORCO CON ARROZ
IOGUR

07/02/2023

PASTA SALTEADA CON VERDURAS
FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA
ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO
FROITA

08/02/2023

CHÍCHAROS CON XAMÓN E PATACAS
LOMBO ASADO
ARROZ BRANCO
IOGUR

09/02/2023

CREMA CAMPEIRA
POLO O CHILINDRON
PURÉ DE PATACA
FROITA

10/02/2023

FABAS VEXETAIS
XARDA O FORNO
PATACA PANADEIRA
FROITA

Semana 2

13/02/2023

SOPA FIDEOS CON CABAZA E CENORIA
GUIZO DE BACALLAO CON PATACAS
IOGUR

14/02/2023

XUDIAS CON ALLADA
BOLOÑESA VEXETAL
MACARRONS
FROITA

15/02/2023

LENTELLAS A CASEIRA
PESCADA EN SALSA VERDE
PATACA O VAPOR CON PEREXIL
FROITA

16/02/2023

CREMA VEXETAL
XAMÓN ASADO EN SALSA
ARROZ BRANCO
IOGUR ECOLÓXICO

17/02/2023

SOPA DE PASTA
CARNE DE COCIDO
REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
PALMEIRA DE HOXALDRE

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
ATÚN GUISADO
MACARRONS
IOGUR

24/02/2023

CREMA DE CABACIÑA
POLO O ALLO
ARROZ BRANCO
FROITA

Semana 4

27/02/2023

GARAVANZOS ESTUFADOS
XARDA CON ALLADA
PATACA COCIDA
IOGUR

28/02/2023

SOPA DE PASTA
ARROZ MILANESA
FROITA

01/03/2023

02/03/2023

03/03/2023

Semana 5

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

