



SEN PEIXE



XANEIRO 2023



LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

09/01/2023

10/01/2023

11/01/2023

12/01/2023

13/01/2023

BRECOL A CASEIRA

POTAXE DE LENTELLAS

SOPA DE ESTRELIÑAS

XUDIAS CON ALLADA

CALDO VEXETAL

LOMBO NATURAL ADUBADO

TENREIRA ASADA EN SALSA

POLO O CHILINDRON

TORTILLA FRANCESA

FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA

PURE DE CENORIA

PATACA O VAPOR

VERDURIÑAS (con arroz)

ESPAGUETIS SALTEADOS

ARROZ BRANCO

FROITA

IOGUR

FROITA

IOGUR

FROITA

Semana 1

16/01/2023

17/01/2023

18/01/2023

19/01/2023

20/01/2023

CREMA DE CABAZA

GARAVANZOS CON ESPINACAS

CODIÑOS O FORNO

SOPA DE VERDURAS

FABADA

RAGOUT DE PORCO CON CHAMPIÑONS E CENORIAS

POLO O ALLO

TORTILLA FRANCESA

TENREIRA GOVERNADA CON ARROZ

TORTILLA DE PATACA

VERDURAS

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

IOGUR

FROITA

IOGUR ECOLÓXICO

FROITA

FROITA

Semana 2

23/01/2023

24/01/2023

25/01/2023

26/01/2023

27/01/2023

SOPA DE ESTRELIÑAS

CREMA DE VERDURAS

MINESTRA SALTEADA

LENTELLAS CON CHOURIZO

SOPA DE PIÑONS

PUCHERO DE POLO CON PATACAS

XAMÓN ASADO EN SALSA

CALDERETA DE TENREIRA

TORTILLA FRANCESA

ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS E CHICHAROS

IOGUR

ARROZ BRANCO

FIDEOS

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS

FROITA

FROITA

FROITA

IOGUR

Semana 3

30/01/2023

31/01/2023

01/02/2023

02/02/2023

03/02/2023

COLIFLOR A GALEGA

CREMA DE CENORIA

MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

PATACA GUISADA

FROITA

FROITA

Semana 4

Garantía que estos menús fueron planificados según 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

