



SEN SAL



XANEIRO 2023



LUNS

09/01/2023

BROCOLI A CASEIRA

LOMBO ASADO

PURÉ DE CENORIA

FROITA

MARTES

10/01/2023

LENTELLAS VEXETAIS

PESCADA A MARIÑEIRA

PATACA COCIDA

IOGUR

MÉRCORES

11/01/2023

SOPA DE ESTRELIÑAS

XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS

ARROZ CON VERDURAS

FROITA

XOVES

12/01/2023

XUDIAS CON ALLADA

XARDA EN SALSA DE LIMON

ESPAGUETIS SALTEADOS

IOGUR

VENRES

13/01/2023

CALDO VEXETAL

XAMÓN ASADO

ARROZ BLANCO

FROITA

Semana 1

16/01/2023

CREMA DE CABAZA

RAGOUT DE PORCO CON CHAMPIÑONS E CENORIAS

IOGUR

17/01/2023

GARAVANZOS CON ESPINACAS

POLO ASADO

VERDURAS

FROITA

18/01/2023

CODIÑOS SALTEADOS

FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

IOGUR ECOLÓXICO

19/01/2023

SOPA VEXETAL

TENREIRA GOVERNADA CON ARROZ

FROITA

20/01/2023

FABAS VEXETAIS

PESCADA O FORNO

PATACA GUISADA

FROITA

Semana 2

23/01/2023

SOPA DE ESTRELIÑAS

PUCHERO DE POLO CON PATACAS

IOGUR

24/01/2023

CREMA DE VERDURAS

REDONDO DE PESCADA O FORNO

ARROZ BLANCO

FROITA

25/01/2023

MINESTRA SALTEADA

TENREIRA ASADA

FIDEO

FROITA

26/01/2023

LENTELLAS VEXETAIS

PESCADA O FORNO

ENSALADA

FROITA

27/01/2023

SOPA DE PIÑONS

ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS E CHICHAROS

IOGUR

Semana 3

30/01/2023

COLIFLOR A GALEGA

LOMBO ASADO

MACARRONS SALTEADOS

FROITA

31/01/2023

CREMA DE CENORIA

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

PATACA GUISADA

FROITA

01/02/2023

02/02/2023

03/02/2023

Semana 4

Garanté 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 visitar: www.arumeservicios.com

