



SEN SAL



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
GUIZO DE CALAMARES CON ARROZ

SOPA DE FIDEOS
XAMÓN ASADO
XARDIÑEIRA
FROITA

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

06/02/2023

SOPA DE ESTRELIÑAS
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 SALTEADOS CON PATACAS
LOMBO ASADO
ARROZ BLANCO
IOGUR

09/02/2023

CREMA CAMPEIRA
XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS
PURÉ DE PATACA
FROITA

10/02/2023

FABAS VEXETAIS
XARDA O FORNO
PATACAS ASADAS
FROITA

Semana 2

13/02/2023

SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA
PESCADA O FORNO
PATACA COCIDA
IOGUR

14/02/2023

XUDIAS CON ALLADA
TENREIRA ASADA
MACARRONS SALTEADOS
FROITA

15/02/2023

LENTELLAS VEXETAIS
PESCADA EN SALSA VERDE
PATACA O VAPOR CON PEREXIL
FROITA

16/02/2023

CREMA VEXETAL
XAMÓN ASADO
ARROZ BLANCO
IOGUR ECOLÓXICO

17/02/2023

SOPA DE PASTA
POLO ASADO
REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
FROITA

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
XARDA O FORNO
FIDEO
IOGUR

24/02/2023

CREMA DE CABACIÑA
POLO ASADO
ARROZ BLANCO
FROITA

Semana 4

27/02/2023

GARAVANZOS ESTUFADOS
XARDA CON ALLADA
PATACA COCIDA
FLAN

28/02/2023

SOPA DE ESTRELIÑAS
PEITUGA DE POLO
CENORIA SALTEADA
FROITA

01/03/2023

02/03/2023

03/03/2023

Semana 5

Garante que estas menús foron 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

