



## MARZO 2023

Semana 1

LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

01/03/2023

02/03/2023

03/03/2023

TAZON DE LEITE

TAZON DE LEITE

TAZON DE LEITE

cacao

cacao

cacao

PAN

CEREAIS

PAN CON ACEITE E TOMATE

ZUME NATURAL

FROITA

MACEDONIA DE FROITAS

Semana 2

06/03/2023

07/03/2023

08/03/2023

09/03/2023

10/03/2023

TAZON DE LEITE

TAZON DE LEITE

TAZON DE LEITE

TAZON DE LEITE

TAZON DE LEITE

cacao

cacao

cacao

cacao

cacao

TORRADAS CON ACEITE DE OLIVA

CEREAIS CHOCOLATEADOS

PAN CON MANTEIGA

GALLETAS

PAN

FROITA

FROITA

MACEDONIA DE FROITAS

FROITA

FROITA

Semana 3

13/03/2023

14/03/2023

15/03/2023

16/03/2023

17/03/2023

TAZON DE LEITE

TAZON DE LEITE

TAZON DE LEITE

TAZON DE LEITE

TAZON DE LEITE

cacao

cacao

cacao

cacao

cacao

TORRADAS INTEGRAIS CON ACEITE DE OLIVA

GALLETAS

PAN CON QUEIXO

CEREAIS

PAN

FROITA

FROITA

FROITA

MACEDONIA DE FROITAS

FROITA

Semana 4

20/03/2023

21/03/2023

22/03/2023

23/03/2023

24/03/2023

TAZON DE LEITE

TAZON DE LEITE

TAZON DE LEITE

TAZON DE LEITE

TAZON DE LEITE

cacao

cacao

cacao

cacao

cacao

GALLETAS

TORRADAS CON MANTEIGA E MARMELADA

PAN

CEREAIS CHOCOLATEADOS

PAN CON ACEITE E TOMATE

FROITA

FROITA

FROITA

ZUME NATURAL

MACEDONIA DE FROITAS

Semana 5

27/03/2023

28/03/2023

29/03/2023

30/03/2023

31/03/2023

TAZON DE LEITE

TAZON DE LEITE

TAZON DE LEITE

TAZON DE LEITE

TAZON DE LEITE

cacao

cacao

cacao

cacao

cacao

TORRADAS INTEGRAIS CON MANTEIGA E MARMELADA

CEREAIS CON COPOS DE AVENA

PAN CON XAMÓN

GALLETAS

PAN

FROITA

FROITA

FROITA

MACEDONIA DE FROITAS

FROITA

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



Revisado: **Inés Barciela Cabaleiro**  
Técnico Superior en Dietética y Nutrición  
DNI.: 53172340 C

*Inés Barciela Cabaleiro*