

# SEN FRUCTOSA



## MARZO 2023



**LUNS**

27/02/2023

**MARTES**

28/02/2023

**MÉRCORES**

01/03/2023

**XOVES**

02/03/2023

**VENRES**

03/03/2023

Semana 1

SOPA DE ARROZ

MACARRONS SALTEADOS

CREMA DE PATACA

PESCADA O FORNO

XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS

LOMBO ASADO

PURÉ DE PATACA

PATACA COCIDA

ARROZ BRANCO

IOGUR

IOGUR

IOGUR

06/03/2023

SOPA DE FIDEOS

XAMON ASADO

PATACA COCIDA

IOGUR

07/03/2023

CREMA DE PATACA

PESCADA O FORNO

ARROZ BRANCO

IOGUR

08/03/2023

SOPA DE ESTRELIÑAS

POLO ASADO

PATACA COCIDA

IOGUR

09/03/2023

ESPAGUETIS SALTEADOS

GALLO SAN PEDRO O FORNO

PURÉ DE PATACA

IOGUR

10/03/2023

SOPA DE CABELLIN

XAMON ASADO

ARROZ BRANCO

IOGUR

Semana 2

13/03/2023

CODIÑOS SALTEADOS

POLO ASADO

PURÉ DE PATACA

IOGUR

14/03/2023

SOPA DE PASTA

LOMBO ASADO

PATACA COCIDA

IOGUR

15/03/2023

ESPIRAIS SALTEADOS

PESCADA O FORNO

PURÉ DE PATACA

IOGUR

16/03/2023

SOPA DO DIA

TENREIRA ASADA

ARROZ BRANCO

IOGUR

17/03/2023

MACARRONS SALTEADOS

PESCADA A PRANCHA

PURÉ DE PATACA

IOGUR

Semana 3

20/03/2023

SOPA DE ESTRELIÑAS

PEITUGA DE POLO

ARROZ BRANCO

IOGUR

21/03/2023

SOPA DE ARROZ

BACALLAO O FORNO

PATACA COCIDA

IOGUR

22/03/2023

MACARRONS SALTEADOS

TENREIRA ASADA

PURÉ DE PATACA

IOGUR

23/03/2023

SOPA DE FIDEOS

PESCADA O FORNO

ARROZ BRANCO

IOGUR

24/03/2023

CODIÑOS SALTEADOS

XAMON ASADO

PATACA COCIDA

IOGUR

Semana 4

27/03/2023

CREMA DE PATACA

LOMBO ASADO

ARROZ BRANCO

IOGUR

28/03/2023

TORTILLA DE PATACA

POLO ASADO

PURÉ DE PATACA

IOGUR

29/03/2023

CODIÑOS SALTEADOS

XARDA O FORNO

PATACA ASADA

IOGUR

30/03/2023

CREMA DE PATACA

XAMON ASADO

ARROZ BRANCO

IOGUR

31/03/2023

MACARRONS SALTEADOS

REDONDO DE PESCADA O FORNO

PURÉ DE PATACA

IOGUR

Semana 5

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 visite: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)

