



LAXANTE



MAIO 2023



LUNS

01/05/2023

FESTIVO

MARTES

02/05/2023

NON LECTIVO

MÉRCORES

03/05/2023

TORTILLA DE PATACA
CALDERETA DE TENREIRA
MACARRONS
FROITA

XOVES

04/05/2023

LENTELLAS CON CHOURIZO
XURELO O FORNO
ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E MILLO
IOGUR

VENRES

05/05/2023

SOPA DE VERDURAS
POLO O CHILINDRON
ARROZ INTEGRAL
FROITA

Semana 1

08/05/2023

ENSALADA PRIMAVERA

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

IOGUR

09/05/2023

ENSALADA CON GARAVANZOS

LOMBO ASADO

ARROZ INTEGRAL

FROITA

10/05/2023

MACARRONS INTEGRAIS O FORNO

GALLO SAN PEDRO O FORNO

PATACA PANADEIRA

IOGUR ECOLÓXICO

11/05/2023

SOPA DE VERDURAS

TENREIRA ASADA EN SALSA

ARROZ INTEGRAL

FROITA

12/05/2023

LENTELLAS VEXETAIS

PESCADA EN SALSA VERDE

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

Semana 2

15/05/2023

CREMA DE CABACIÑA

PUCHERO DE POLO CON PATACAS

IOGUR

16/05/2023

FABAS ESTUFADAS

PESCADA O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS

FROITA

17/05/2023

FESTIVO

18/05/2023

CREMA DE VERDURAS

XAMON ASADO

PATACA COCIDA

FROITA

19/05/2023

ENRELLADO DE POLO CON CEBOLA CARMELIZADA

XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS

ARROZ INTEGRAL

IOGUR

Semana 3

22/05/2023

XUDIAS CON CHOURIZO

BOLOÑESA VEXETAL

MACARRONS

FROITA

23/05/2023

SOPA DE VERDURAS

ALBÓNDEGAS

ARROZ INTEGRAL

FROITA

24/05/2023

ENSALADA COMPLETA

XURELO O FORNO

PATACA GUISADA

IOGUR

25/05/2023

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

MACARRONS

FROITA

26/05/2023

COLIFLOR O VAPOR

REDONDO DE PESCADA CON ALLADA

BROCOLI

IOGUR

Semana 4

29/05/2023

ENSALADA TRICOLOR

FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA

PATACA PANADEIRA

IOGUR

30/05/2023

PASTA SALTEADA

FILETE DE PESCADA A ROMANA

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FROITA

31/05/2023

TORTILLA DE CABACIÑA

PEITUGA DE POLO

ARROZ INTEGRAL

IOGUR

01/06/2023

FESTIVO

02/06/2023

Semana 5

Garante que estos menús fueron 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 visite: www.arumeservicios.com

