



SEN SAL



MAIO 2023



LUNS

01/05/2023

FESTIVO

MARTES

02/05/2023

NON LECTIVO

MÉRCORES

03/05/2023

CREMA DE VERDURAS

LOMBO ASADO

TENREIRA ASADA

FROITA

XOVES

04/05/2023

LENTELLAS VEXETAIS

XURELO EN SALSA DE LIMÓN

ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E MILLO

IOGUR

VENRES

05/05/2023

SOPA DE ESTRELIÑAS

XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS

ARROZ BLANCO

FROITA

Semana 1

08/05/2023

ENSALADA PRIMAVERA

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

IOGUR

09/05/2023

GARAVANZOS CON ESPINACAS

LOMBO ASADO

ARROZ BLANCO

FROITA

10/05/2023

ESPIRAIS SALTEADOS

GALLO SAN PEDRO O FORNO

PATACAS ASADAS

IOGUR ECOLÓXICO

11/05/2023

SOPA DE VERDURAS CON FIDEO

TENREIRA GOVERNADA CON ARROZ

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 VEXETAIS

PESCADA O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIA

FROITA

17/05/2023

FESTIVO

18/05/2023

CREMA DE VERDURAS

ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS E CHICHAROS

FROITA

19/05/2023

MINISTRA SALTEADA

XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS

ARROZ BLANCO

IOGUR

Semana 3

22/05/2023

XUDIAS CON ALLADA

TENREIRA ASADA

MACARRONS SALTEADOS

FROITA

23/05/2023

SOPA DE FIDEOS

XAMÓN ASADO

ARROZ BLANCO

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 SALTEADOS

FROITA

26/05/2023

ARROZ TRES DELICIAS

REDONDO DE PESCADA CON ALLADA

BROCOLI CON CENORIA

IOGUR DE CHOCOLATE

Semana 4

29/05/2023

ENSALADA TRICOLOR

LOMBO ASADO

PATACAS ASADAS

IOGUR

30/05/2023

MACARRONS SALTEADOS

FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA

ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIA

FROITA

31/05/2023

CREMA DE CENORIA

PEITUGA DE POLO

TOMATE NATURAL

IOGUR

01/06/2023

02/06/2023

02/06/2023

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

