

SEN CARNE

SETEMBRO 2023



LUNS

11/09/2023

CHÍCHAROS SALTEADOS
MACARRONS CON TOMATE E ATÚN

FROITA

MARTES

12/09/2023

CREMA DE CABAZA
ROLIÑO PRIMAVERA
PATACA ASADA

FROITA

MÉRCORES

13/09/2023

ENSALADA DE PASTA
PESCADA A GALEGA
PATACAS CON BROCOLI

IOGUR

XOVES

14/09/2023

TORTILLA DE PATACA
ARROZ CON VERDURAS

FROITA

VENRES

15/09/2023

GARAVANZOS CON VERDURAS
GALLO SAN PEDRO O FORNO
ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA

IOGUR

Semana 1

18/09/2023

ENSALADA MIXTA
XURELO O FORNO

ARROZ BRANCO

IOGUR

19/09/2023

ENSALADILLA CON OVO
FILETE DE MERLUZA EN SALSA DE LIMON

LEITUGA E TOMATE

FROITA

20/09/2023

ENSALADA COMPLETA
BOLOÑESA VEXETAL

MACARRONS

FROITA

21/09/2023

CREMA DE CABACIÑA
TORTILLA FRANCESA

ARROZ BRANCO

FROITA

22/09/2023

LENTELLAS VEXETAIS
XURELO O FORNO

BROCOLI E CENORIA

IOGUR ECOLÓXICO

Semana 2

25/09/2023

ENSALADA TROPICAL
ATUN GUISADO
FIDEOS

FROITA

26/09/2023

TORTILLA DE CABACIÑA
ARROZ CON ATÚN

IOGUR

27/09/2023

FABAS VEXETAIS
FILETE DE PESCADA A ROMANA
ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FROITA

28/09/2023

XUDIAS CON ALLADA
ROLIÑO PRIMAVERA
PATACA PANADEIRA

FROITA

29/09/2023

SOPA DE ESTRELIÑAS
TORTILLA FRANCESA
ARROZ CON VERDURAS

IOGUR

Semana 3

Garante que estos menús fueron 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

