



FÁCIL MASTICACIÓN



SETEMBRO 2024



LUNS

09/09/2024

MARTES

10/09/2024

MÉRCORES

11/09/2024

XOVES

12/09/2024

VENRES

13/09/2024

Semana 1

CHÍCHAROS SALTEADOS

TORTILLA DE PATACA

MACARRONS SALTEADOS

MACARRONS CON TOMATE E ATÚN

FILETE RUSO

PESCADA A GALEGA

ARROZ BRANCO

BROCOLI CON PATACA

IOGUR

IOGUR

IOGUR

16/09/2024

CREMA DE CABAZA

17/09/2024

ARROZ CON CENORIA

18/09/2024

SOPA DE VERDURAS

19/09/2024

CREMA DE CABACIÑA

20/09/2024

LENTELLAS VEXETAIS

TORTILLA FRANCESA

PESCADA EN SALSA VERDE

BOLOÑESA VEXETAL

GALLO SAN PEDRO O FORNO

XURELO O FORNO

PATACA ASADA

PURÉ DE PATACA

MACARRONS

PATACA COCIDA

CHÍCHAROS CON CENORIAS

IOGUR

IOGUR

IOGUR

IOGUR ECOLÓXICO

IOGUR

Semana 2

23/09/2024

COLIFLOR O VAPOR

24/09/2024

TORTILLA DE CABACIÑA

25/09/2024

POTAXE DE LENTELLAS

26/09/2024

XUDIAS CON ALLADA

27/09/2024

SOPA DE CABELLIN

GALLO SAN PEDRO O FORNO

ARROZ CON VERDURAS

PESCADA O FORNO

TORTILLA FRANCESA

ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE

PATACAS GUISADAS

BROCOLI

PATACA PANADEIRA

ARROZ CON VERDURAS

IOGUR

IOGUR

IOGUR

IOGUR

IOGUR

Semana 3

30/09/2024

CREMA DE CENORIA

01/10/2024

ATUN GUISADO

02/10/2024

FIDEOS

03/10/2024

IOGUR

04/10/2024

Semana 4

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

