



LAXANTE



NOVIEMBRE 2024



LUNS

04/11/2024

CHICHAROS CON XAMON

ESTUFADO DE MACARRONS

MACARRONS

FROITA

MARTES

05/11/2024

CREMA DE VERDURAS

ALBÓDEGAS

ARROZ INTEGRAL

IOGUR

MÉRCORES

06/11/2024

GARAVANZOS CON CHOURIZO

XURELO O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FROITA

XOVES

07/11/2024

TORTILLA DE PATACA

FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA

XUDIAS REFOGADAS

IOGUR

VENRES

08/11/2024

PASTA INTEGRAL TRIS-TRAS

PESCADA A GALEGA

BROCOLI CON PATACA

FROITA

Semana 1

11/11/2024

CREMA DE CABAZA

LOMBO NATURAL ADUBADO

PATACAS ASADAS

IOGUR

12/11/2024

ARROZ A LA MILANESA

PESCADA EN SALSA VERDE

LEITUGA E TOMATE

FROITA

13/11/2024

CALDO GALEGO

PUCHERO DE POLO

FROITA

14/11/2024

CREMA DE CABACIÑA

BOLOÑESA VEXETAL

MACARRONS

IOGUR ECOLÓXICO

15/11/2024

LENTELLAS CON CHOURIZO

XARDA O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FROITA

Semana 2

18/11/2024

PISTO

ABADEXO EN SALSA CEDEIRESA

PATACA O VAPOR CON PEREXIL

FROITA

19/11/2024

TORTILLA DE CABACIÑA

PEITUGA DE POLO

TOMATE NATURAL

IOGUR

20/11/2024

SOPA DE VERDURAS

GUIISO DE PORCO CON PATACAS

FROITA

21/11/2024

LENTELLAS VEXETAIS

PESCADA O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

IOGUR

22/11/2024

XUDIAS CON ALLADA

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

PATACA PANADEIRA

FROITA

Semana 3

25/11/2024

CREMA DE VERDURAS

ATÚN GUISADO

MACARRONS

FROITA

26/11/2024

FABAS VEXETAIS

FILETE RUSO

PISTO DE VERDURAS

FROITA

27/11/2024

SOPA DE VERDURAS

POLO O ALLO

ARROZ CON VERDURAS

IOGUR

28/11/2024

CREMA DE CABACIÑA

CALDERETA DE TENREIRA

MACARRONS

FROITA

29/11/2024

LENTELLAS A CASEIRA

XURELO O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

IOGUR

Semana 4

Garante que estos menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionares 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

