



SEN SAL



NOVIEMBRE 2024



LUNS

04/11/2024

CHÍCHAROS SALTEADOS

ESTUFADO DE PORCO

FIDEO

FROITA

MARTES

05/11/2024

CREMA DE VERDURAS

XAMÓN ASADO

ARROZ BLANCO

IOGUR

MÉRCORES

06/11/2024

GARAVANZOS CON VERDURAS

XURELO O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA

FROITA

XOVES

07/11/2024

TORTILLA DE PATATA

LOMBO ASADO

XUDIAS SALTEADAS

IOGUR

VENRES

08/11/2024

TALLARINS TRIS-TRAS

PESCADA A GALEGA

BROCOLI CON PATACA

FROITA

Semana 1

11/11/2024

CREMA DE CABAZA

LOMBO ASADO

PATACAS ASADAS

IOGUR

12/11/2024

ARROZ TRES DELICIAS

PESCADA EN SALSA VERDE

LEITUGA E TOMATE

FROITA

13/11/2024

CALDO DE REPOLO

POLO ESTUFADO CON PATACAS

FROITA

14/11/2024

CREMA DE CABCINIÑA

TENREIRA ASADA

MACARRONS SALTEADOS

IOGUR ECOLÓXICO

15/11/2024

LENTELLAS VEXETAIS

XARDA EN SALSA DE LIMON

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FROITA

Semana 2

18/11/2024

MINESTRA SALTEADA

ABADEXO EN SALSA CEDEIRESA

PATACA O VAPOR CON PEREXIL

FROITA

19/11/2024

TORTILLA DE PATATA

ARROZ TRES DELICIAS

IOGUR

20/11/2024

SOPA DE VERDURAS CON PIÑONS

RAGOUT 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

PATACAS ASADAS

FROITA

Semana 3

25/11/2024

CREMA DE VERDURAS

XURELO O FORNO

FIDEO

FROITA

26/11/2024

FABAS VEXETAIS

XAMÓN ASADO

PURÉ DE CENORIA

FROITA

27/11/2024

SOPA DE PIÑONS

POLO ASADO

ARROZ CON VERDURAS

IOGUR DE CHOCOLATE

28/11/2024

CREMA CAMPEIRA

TENREIRA ASADA

MACARRONS SALTEADOS

FROITA

29/11/2024

LENTELLAS VEXETAIS

XURELO EN SALSA DE LIMÓN

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

