



# LAXANTE



## DECEMBRO 2024



### LUNS

02/12/2024

BROCOLI A CASEIRA

POLO ASADO

ARROZ INTEGRAL

IOGUR

### MARTES

03/12/2024

CREMA DE CABACIÑA

BOLOÑESA VEXETAL

MACARRONS

FROITA

### MÉRCORES

04/12/2024

LENTELLAS VEXETAIS

XARDA EN SALSA VERDE

CHÍCHAROS SALTEADOS

FROITA

### XOVES

05/12/2024

TORTILLA DE PATACA

ARROZ CON VERDURAS

IOGUR

### VENRES

06/12/2024

FESTIVO

Semana 1

09/12/2024

CREMA DE ESPINACAS

TENREIRA ASADA EN SALSA

ARROZ INTEGRAL

FROITA

10/12/2024

PISTO

GUISO DE PORCO CON PATACAS

IOGUR ECOLÓXICO

11/12/2024

MACARRONS INTEGRAIS CON ALLO E PEREXIL

XURELO O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

12/12/2024

CALDO VEXETAL

ALBÓNDEGAS

ARROZ INTEGRAL

IOGUR

13/12/2024

LENTELLAS CON CABAZA

PESCADA A GALEGA

BROCOLI CON PATACA

FROITA

Semana 2

16/12/2024

XUDIAS CON XAMÓN

POLO ASADO

PURÉ DE PATACA

IOGUR

17/12/2024

CALDO GALEGO

XARDA A MARIÑEIRA

ARROZ INTEGRAL

FROITA

18/12/2024

TORTILLA DE PATACA

LOMBO ASADO

ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA, MILLO E CENORIA

IOGUR

19/12/2024

CREMA DE CABACIÑA

ATÚN GUISADO

MACARRONS

FROITA

20/12/2024

SOPA DE VERDURAS

MILANESA

PATACAS ASADAS

FROITA

Semana 3

Garante que estos menús fueron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos polo 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.arumeeservicios.com](http://www.arumeeservicios.com)

