

ABRIL

LAXANTE



**ARUME**  
COCINAMOS PARA TI

LUNS 05/04/2021	MARTES 06/04/2021	MÉRCORES 07/04/2021	XOVES 08/04/2021	VENRES 09/04/2021
NON LECTIVO	XUDIAS CON TOMATE  GUISO DE CARNE  FROITA	MACARRONS INTEGRAS CON CHAMPIÑONS  SALMON O FORNO  PISTO DE VERDURAS  IOGUR	CREMA DE PORROS  POLO O ALLO  ARROZ INTEGRAL  FROITA	BROCOLI A SALTEADO  TORTILLA DE CABACIÑA  LEITUGA E TOMATE  FROITA
LUNS 12/04/2021	MARTES 13/04/2021	MÉRCORES 14/04/2021	XOVES 15/04/2021	VENRES 16/04/2021
CREMA DE CABACIÑA  TENREIRA ASADA  PISTO DE VERDURAS  IOGUR	CALDO GALEGO  ATÚN GUISADO  MACARRONS INTEGRAS  FROITA	SOPA DE VERDURAS  POLO ASADO  PATACA GUISADA  IOGUR	ENSALADA PRIMAVERA CON OVO  GARAVANZOS CON ESPINACAS E BACALLAO  FROITA	CREMA DE VERDURAS  PEITUGA DE PAVO ASADA  PATACA ASADA  FROITA
LUNS 19/04/2021	MARTES 20/04/2021	MÉRCORES 21/04/2021	XOVES 22/04/2021	VENRES 23/04/2021
BROCOLI A SALTEADO  LOMBO ASADO  ARROZ INTEGRAL  FROITA	FABAS VEXETAIS  PESCADA O FORNO  ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS  FROITA	PISTO  TORTILLA DE CABACIÑA  LEITUGA E TOMATE  FROITA	LENTELLAS A CASEIRA  XURELO A GALEGA  PATACAS O VAPOR  IOGUR ECOLÓXICO	CREMA DE VERDURAS  TAQUIÑO DE POLO GUISADO  MACARRONS INTEGRAS  FROITA
LUNS 26/04/2021	MARTES 27/04/2021	MÉRCORES 28/04/2021	XOVES 29/04/2021	VENRES 30/04/2021
ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, PEMENTO MORRON,  PESCADA O FORNO  ARROZ INTEGRAL  FROITA	CREMA DE CABACIÑA  ALBÓDEGAS  PISTO DE VERDURAS  IOGUR	MACARRONS INTEGRAS SALTEADOS CON CHAMPIÑONS,  MARUCA O FORNO  PURÉ DE PATACA  FROITA	FABAS VEXETAIS  GUISO DE CARNE  IOGUR	EMPANADA DE IORK  POLO O CHILINDRON  LEITUGA E TOMATE  PIÑA NO SEU ZUME



garante que estes 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.

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro  
Técnico Superior en Dietética y Nutrición  
DNI.: 53172340 C