

# SEN PEIXE

## DECEMBRO 2021



Semana 1

LUNS

29/11/2021

MARTES

30/11/2021

MÉRCORES

01/12/2021

XOVES

02/12/2021

VENRES

03/12/2021

CREMA CAMPEIRA

FABAS CON CHOURIZO

SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA

POLO O CHILINDRON

TORTILLA FRANCESA

ASADO DE TENREIRA EN SALSA DE CENORIAS CON PATACAS

ARROZ INTEGRAL

PATACAS CON VERDURAS

IOGUR

FROITA

FROITA

Semana 2

06/12/2021

07/12/2021

08/12/2021

09/12/2021

10/12/2021

ESPGUETTIS CON TOMATE

XUDIAS CON ALLADA

CREMA DE BROCOLI E CENORIA

FESTIVO

ESTUFADO DE PORCO A XARDIÑEIRA

FESTIVO

PAELLA DE PAVO CON VERDURAS

TORTILLA DE PATACA

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

IOGUR

FROITA

Semana 3

13/12/2021

14/12/2021

15/12/2021

16/12/2021

17/12/2021

CREMA DE CABACIÑA

FABADA

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

SOPA DE VERDURAS

LENTELLAS ESTUFADAS

POLO O ALLO

TENREIRA ASADA EN SALSA

MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL

ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE

TORTILLA FRANCESA

ARROZ BRANCO

PATACA COCIDA

PURE DE CENORIA

PATACA COCIDA

FROITA

IOGUR ECOLÓXICO

FROITA

IOGUR

FROITA

Semana 4

20/12/2021

21/12/2021

22/12/2021

23/12/2021

24/12/2021

CALDO GALEGO

SOPA DE ESTRELIÑAS

TORTILLA DE PATACA

PIZZA

LEITUGA E TOMATE

IOGUR

CHOCOLATINA



Garantía que estos menús fueron planificados segundo los principios dietético-nutricionales establecidos por la OMS (Organización Mundial de la Salud) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidad. Se deseara consultar o menú online visite: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)

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

*Inés Barciela Cabaleiro*