



SEN FROITOS SECOS

FEBREIRO 2022

LUNS

31/01/2022

MARTES

01/02/2022

MÉRCORES

02/02/2022

XOVES

03/02/2022

VENRES

04/02/2022

Semana 1

POTAXE DE GARAVANZOS
ECOLOXICOS CON CHOURIZO

LURAS ENCEBOLADAS CON ARROZ

FROITA

TALLARINS A NAPOLITANA

ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS
E VERDURAS

FROITA

FABAS VEXETAIS

PESCADA CON ALLADA

BROCOLI E CENORIA

IOGUR

CREMA DE VERDURAS

TORTILLA DE CABACIÑA

TOMATE NATURAL

FROITA

07/02/2022

CAZUELA DE VERDURAS CON FIDEOS

GUISO DE BACALLAO

IOGUR

08/02/2022

LENTELLAS ESTUFADAS

LOMBO ADUBADO O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E
ESPARRAGOS

FROITA

09/02/2022

CREMA CAMPEIRA

POLO O CHILINDRON

ARROZ BRANCO

FROITA

10/02/2022

FABAS ESTUFADAS

XARDA O FORNO

PATACAS O VAPOR

IOGUR ECOLÓXICO

11/02/2022

SOPA MARAVILLA CON CABAZA E
CENORIA

ASADO DE TENREIRA EN SALSA DE
CENORIAS CON PATACAS

FROITA

Semana 2

14/02/2022

GARAVANZOS CON VERDURAS

ATÚN GUISADO CON FIDEOS

IOGUR

15/02/2022

ESPAGUETTIS CON TOMATE

ESTUFADO DE PORCO CON
XARDINEIRA

FROITA

16/02/2022

LENTELLAS A CASEIRA

PESCADA REBOZADA CON ALLO E
PEREXIL

LEITUGA E TOMATE

FROITA

17/02/2022

XUDIAS CON ALLADA

PAELLA DE PAVO CON VERDURAS

IOGUR

18/02/2022

CREMA DE BROCOLI E CENORIA

TORTILLA DE PATACA

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

Semana 3

21/02/2022

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

TENREIRA ASADA EN SALSA

MACARRONS

FROITA

22/02/2022

FABADA

BACALLAO ESTUFADO CON PATACAS

IOGUR

23/02/2022

SOPA DE VERDURAS

ALBONDEGAS CON TOMATE

PURÉ DE CENORIA

FROITA

24/02/2022

CREMA DE CABACIÑA

PESCADA O FORNO

PATACAS

IOGUR

25/02/2022

SOPA DE COCIDO

COCIDO

FLOR DE ENTROIDO

Semana 4

Garante que estos menús fueron 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. Se desexas consultar o menú online visita:
www.anumeservicios.com



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

Inés Barciela Cabaleiro