



# SEN PROTEINA DO LEITE

## 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

GUIISO DE CALAMARES CON ARROZ

FROITA

TALLARINS A NAPOLITANA

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

FROITA

FABAS VEXETAIS

PESCADA CON ALLADA

BROCOLI CON CENORIA

IOGUR DE SOIA

CREMA DE VERDURAS

TORTILLA DE CABACIÑA

TOMATE NATURAL

FROITA

07/02/2022

CAZOLA DE VERDURAS CON FIDEO

GUIISO DE BACALLAO CON PATACAS

IOGUR DE SOIA

08/02/2022

LENTELLAS ESTUFADAS

LOMBO ASADO

ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E  
ESPARRAGOS

FROITA

09/02/2022

CREMA CAMPEIRA

POLO O CHILINDRON

ARROZ BRANCO

FROITA

10/02/2022

FABAS CON CHOURIZO

XARDA O FORNO

PATACA O VAPOR

IOGUR DE SOIA

11/02/2022

SOPA MARAVILLA CON CABAZA E  
CENORIA

TENREIRA EN SALSA DE CENORIA  
CON PATACAS

FROITA

Semana 2

14/02/2022

GARAVANZOS CON VERDURAS

ATÚN GUIASADO

FIDEOS

IOGUR DE SOIA

15/02/2022

ESPAGUETTIS CON TOMATE

ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS

FROITA

16/02/2022

LENTELLAS A CASEIRA

FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA  
CON ALLO E PEREXIL

LEITUGA E TOMATE

FROITA

17/02/2022

XUDIAS CON ALLADA

PAELLA DE PAVO CON VERDURAS

IOGUR DE SOIA

18/02/2022

CREMA DE CENORIA E BROCOLI

TORTILLA DE PATACA

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

Semana 3

21/02/2022

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

BOLOÑESA VEXETAL

MACARRONS SALTEADOS

FROITA

22/02/2022

FABADA

GUIISO DE BACALLAO CON PATACAS

IOGUR DE SOIA

23/02/2022

SOPA DE VERDURAS

XAMON ASADO

PURÉ DE CENORIA

FROITA

24/02/2022

CREMA DE CABACIÑA

PESCADA O FORNO

PATACA COCIDA

IOGUR DE SOIA

25/02/2022

SOPA DO DIA

CARNE DE COCIDO

REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS

PALMEIRA DE HOXALDRE

Semana 4

Garante que estos menus 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. Se desexas consultar o menú online visita: [www.anumeservicios.com](http://www.anumeservicios.com)



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

*Inés Barciela Cabaleiro*