



# SEN PROTEINA DE VACA

## MAIO 2022



LUNS

02/05/2022

LENTELLAS VEXETAIS

PESCADA A MARIÑEIRA

PATACA O VAPOR

FROITA

MARTES

03/05/2022

CREMA DE CABACIÑA

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

MACARRONS

IOGUR DE SOIA

MÉRCORES

04/05/2022

ARROZ TRES DELICIAS

FABAS VEXETAIS

FROITA

XOVES

05/05/2022

ESPAGUETTIS CON VERDURAS

XARDA EN SALSA DE LIMON

LEITUGA E TOMATE

IOGUR DE SOIA

VENRES

06/05/2022

CREMA DE CABAZA

TORTILLA FRANCESA

ARROZ BRANCO

FROITA

Semana 1

09/05/2022

XUDIAS REFOGADAS

LOMBO ASADO

PATACA GUISADA

FROITA

10/05/2022

ESPIRAIS O FORNO

PESCADA A GALEGA

ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA

FROITA

11/05/2022

CREMA DE CABACIÑA

POLO O CHILDRON

ARROZ BRANCO

IOGUR DE SOIA

12/05/2022

SOPA DE ESTRELIÑAS

TORTILLA DE CABACIÑA

TOMATE NATURAL

FROITA

13/05/2022

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

ATÚN GUISADO

FIDEOS

IOGUR DE SOIA

Semana 2

16/05/2022

LENTELLAS VEXETAIS

PAELLA MIXTA DE PEIXE E POLO

IOGUR DE SOIA

17/05/2022

FESTIVO

ENSALADA DE LEITUGA, OLIVAS E REMOLACHA

IOGUR DE SOIA

18/05/2022

FABAS VEXETAIS

PESCADA O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS

FROITA

19/05/2022

CREMA DE CENORIA

BOLOÑESA VEXETAL

MACARRONS SALTEADOS

FROITA

20/05/2022

ENSALADA TRICOLOR

XAMON ASADO

ARROZ BRANCO

IOGUR DE SOIA

Semana 3

23/05/2022

FABAS VEXETAIS

XARDA CON ALLADA

BROCOLI CON CENORIA

FROITA

24/05/2022

CREMA DE VERDURAS

TORTILLA DE PATACA

ENSALADA DE LEITUGA, OLIVAS E REMOLACHA

IOGUR DE SOIA

25/05/2022

TALLARINS A NAPOLITANA

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

FROITA

26/05/2022

MINESTRA

POLO ASADO

ARROZ BRANCO

FROITA

27/05/2022

CREMA DE CABAZA

TORTILLA FRANCESA

FIDEOS

IOGUR DE SOIA

Semana 4

30/05/2022

CREMA DE CABACIÑA

PESCADA EN SALSA

PATACA COCIDA

IOGUR DE SOIA

31/05/2022

SOPA DE FIDEOS

PEITUGA DE POLO ENFARIÑADA

ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS

FROITA

01/06/2022

ARROZ BRANCO

02/06/2022

ARROZ BRANCO

03/06/2022

Semana 5

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 desexa consultar o menú online visita: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)



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