



# CELIACO

## DECEMBRO 2022



LUNS

28/11/2022

MARTES

29/11/2022

MÉRCORES

30/11/2022

XOVES

01/12/2022

VENRES

02/12/2022

Semana 1

FABAS VEXETAIS

SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA

XARDA O FORNO

TENREIRA EN SALSA DE CENORIA CON PATACAS

ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA

FROITA

FROITA

05/12/2022

CREMA VEXETAL

06/12/2022

FESTIVO

07/12/2022

BROCOLI A CASEIRA

ATÚN GUISADO

08/12/2022

FESTIVO

09/12/2022

CALDO GALEGO

TORTILLA DE PATACA

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

IOGUR

FROITA

FROITA

Semana 2

12/12/2022

XUDIAS CON OVO

LOMBO ASADO

MACARRONS

FROITA

13/12/2022

FABADA

GUISO DE BACALLAO CON PATACAS

IOGUR ECOLÓXICO

14/12/2022

SOPA DE VERDURAS

ALBÓNDEGAS

ARROZ BRANCO

FROITA

15/12/2022

CREMA DE CABACIÑA

POLO O ALLO

MACARRONS

IOGUR

16/12/2022

GARAVANZOS ESTUFADOS

REDONDO DE PESCADA A MARIÑEIRA

PATACA COCIDA

FROITA

Semana 3

19/12/2022

CREMA DE CENORIA

TORTILLA DE CABACIÑA

LEITUGA E TOMATE

IOGUR

20/12/2022

SOPA DE PASTA

FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA

PATACA COCIDA

FROITA

21/12/2022

CREMA DE CABAZA

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

FROITA

22/12/2022

SOPA DE NADAL

PIZZA

CHOCOLATINA

23/12/2022

Semana 4

Garantía 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 visite: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)



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