



SEN PEIXE

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 ESTUFADAS

SOPA MARAVILLA CON CABAZA

TORTILLA FRANCESA

TENREIRA EN SALSA DE CENORIAS
CON PATACAS

ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E
CENORIAS

FROITA

FROITA

05/12/2022

CREMA VEXETAL

RAGOUT DE PORCO CON
CHAMPIÑONS E CENORIAS

IOGUR

06/12/2022

FESTIVO

07/12/2022

LENTELLAS A CASEIRA

PEITUGA DE POLO

FIDEOS

FROITA

08/12/2022

FESTIVO

09/12/2022

CALDO GALEGO

TORTILLA DE PATACA

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

Semana 2

12/12/2022

XUDIAS CON OVO

MACARRONS CON BOLOÑESA
VEXETAL

FROITA

13/12/2022

FABADA

TORTILLA FRANCESA

PATACA COCIDA

IOGUR ECOLÓXICO

14/12/2022

SOPA DE VERDURAS

ALBÓNDEGAS CON SALSA DE
TOMATE

ARROZ BRANCO

FROITA

15/12/2022

CREMA DE CABACIÑA

POLO O ALLO

CODIÑOS SALTEADOS

IOGUR

16/12/2022

GARAVANZOS ESTUFADOS

LOMBO ASADO

PATACA COCIDA

FROITA

Semana 3

19/12/2022

CREMA DE CENORIA

TORTILLA DE CABACIÑA

LEITUGA E TOMATE

IOGUR

20/12/2022

LENTELLAS CON CHOURIZO

TENREIRA ASADA EN SALSA

PATACA O VAPOR

FROITA

21/12/2022

CREMA DE CABAZA

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

FROITA

22/12/2022

SOPA DE ESTRELIÑAS

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



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