



CELIACO

FEBREIRO 2023



LUNS

30/01/2023

MARTES

31/01/2023

MÉRCORES

01/02/2023

XOVES

02/02/2023

VENRES

03/02/2023

Semana 1

SOPA DE VERDURAS

CREMA DE CABACIÑA

CALDO GALEGO

ALBONDEGAS CON TOMATE

REDONDO DE PESCADA CON ALLADA

TORTILLA DE CABACIÑA

ARROZ BRANCO

BROCOLI CON CENORIA

TOMATE NATURAL

IOGUR

FROITA

IOGUR

06/02/2023

07/02/2023

08/02/2023

09/02/2023

10/02/2023

PASTA SALTEADA CON VERDURAS

MINESTRA CON XAMÓN

CREMA CAMPEIRA

FABAS VEXETAIS

SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA

PESCADA EN SALSA DE CEDEIRESA

LOMBO ASADO

POLO O CHILINDRON

XARDA O FORNO

TENREIRA EN SALSA DE CENORIA CON PATACAS

ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIA

PURÉ DE PATACA

ARROZ BRANCO

XUDIAS SALTEADAS

IOGUR

FROITA

IOGUR

FROITA

FROITA

Semana 2

13/02/2023

14/02/2023

15/02/2023

16/02/2023

17/02/2023

XUDIAS CON OVO

BROCOLI A CASEIRA

CREMA VEXETAL

GARAVANZOS CON VERDURAS

SOPA DE PASTA

LOMBO ASADO

PESCADA EN SALSA VERDE

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

ATÚN GUISADO

CARNE DE COCIDO

MACARRONS

PATACA O VAPOR CON PEREXIL

MACARRONS

REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS

IOGUR

FROITA

FROITA

IOGUR

PALMEIRA DE HOXALDRE

Semana 3

20/02/2023

21/02/2023

22/02/2023

23/02/2023

24/02/2023

VACACIONS DE ENTROIDO

VACACIONS DE ENTROIDO

VACACIONS DE ENTROIDO

CALDO DE GLORIA

GARAVANZOS ESTUFADOS

POLO O ALLO

XARDA CON ALLADA

ARROZ BRANCO

PATACA COCIDA

IOGUR ECOLÓXICO

FROITA

Semana 4

27/02/2023

28/02/2023

01/03/2023

02/03/2023

03/03/2023

SOPA DE PASTA

CREMA DE CENORIA

TORTILLA DE CABACIÑA

FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA

TOMATE NATURAL

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS

IOGUR

FROITA

Semana 5

Garante que estos menús fueron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial de Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade. Se desexa consultar o menú online visita: www.arumeservicios.com



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