



SEN PEIXE

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 VEXETAL

ALBONDIGAS EN SALSA DE TOMATE

ARROZ BRANCO

IOGUR

LENTELLAS VEXETAIS

LOMBO EN SALSA

BROCOLI CON CENORIA

FROITA

CALDO GALEGO

TORTILLA DE CABACIÑA

TOMATE NATURAL

IOGUR

06/02/2023

07/02/2023

08/02/2023

09/02/2023

10/02/2023

Semana 2

PASTA SALTEADA CON VERDURAS

PEITUGA DE POLO

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

IOGUR

MINESTRA CON XAMÓN

LOMBO NATURAL ADUBADO

PURÉ DE PATACA

FROITA

CREMA CAMPEIRA

POLO O CHILINDRON

ARROZ BRANCO

IOGUR

FABAS ESTUFADAS

TORTILLA FRANCESA

XUDIAS SALTEADAS

FROITA

SOPA MARAVILLA CON CABAZA

TENREIRA EN SALSA DE CENORIAS CON PATACAS

FROITA

13/02/2023

14/02/2023

15/02/2023

16/02/2023

17/02/2023

Semana 3

XUDIAS CON OVO RELADO

MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL

IOGUR

LENTELLAS A CASEIRA

TORTILLA DE PATACA

FROITA

CREMA VEXETAL

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

FROITA

GARAVANZOS CON VERDURAS

LOMBO ASADO

FIDEOS

IOGUR

SOPA DE COCIDO

COCIDO

FLOR DE ENTROIDO

20/02/2023

21/02/2023

22/02/2023

23/02/2023

24/02/2023

Semana 4

VACACIONS DE ENTROIDO

VACACIONS DE ENTROIDO

VACACIONS DE ENTROIDO

CALDO DE GLORIA

POLO O ALLO

ARROZ BRANCO

IOGUR ECOLÓXICO

GARAVANZOS ESTUFADOS

TENREIRA ASADA EN SALSA

PATACA COCIDA

FROITA

27/02/2023

28/02/2023

01/03/2023

02/03/2023

03/03/2023

Semana 5

LENTELLAS A CASEIRA CON CHOURIZO

TORTILLA DE CABACIÑA

TOMATE NATURAL

IOGUR

CREMA DE CENORIA

LOMBO ASADO

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS

FROITA

Garante que estas menús foron 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