



## SEN PROTEINA DO LEITE

ABRIL 2023



LUNS

10/04/2023

MARTES

11/04/2023

MÉRCORES

12/04/2023

XOVES

13/04/2023

VENRES

14/04/2023

LENTELLAS A CASEIRA

CREMA VEXETAL

GARAVANZOS ESTUFADOS

CALDO GALEGO

PESCADA EN SALSA VERDE

XAMON ASADO

ATÚN GUISADO

TORTILLA DE PATACA

PATACA O VAPOR CON PEREXIL

ARROZ BRANCO

FIDEOS

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

FROITA

IOGUR DE SOIA

FROITA

Semana 1

17/04/2023

CREMA DE CABAZA

BOLOÑESA VEXETAL

MACARRONS SALTEADOS

FROITA

18/04/2023

SOPA DE FIDEOS

GUISO DE BACALLAO CON PATACAS

IOGUR DE SOIA

19/04/2023

ENSALADILLA

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

FROITA

20/04/2023

CREMA DE CABACIÑA

POLO O ALLO

CODIÑOS SALTEADOS

IOGUR DE SOIA

21/04/2023



Semana 2

24/04/2023

LENTELLAS CON CHOURIZO

TORTILLA DE CABACIÑA

TOMATE NATURAL

IOGUR DE SOIA

25/04/2023

CREMA DE CENORIA

FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA

ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E OLIVAS

FROITA

26/04/2023

XUDIAS CON OVO

POLO O CHILINDRON

ARROZ CON VERDURAS

FROITA

27/04/2023

PASTA SALTEADA CON VERDURAS

XURELO EN SALSA DE LIMÓN

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

IOGUR DE SOIA

28/04/2023

GARAVANZOS ESTUFADOS

LOMBO EN SALSA

PURÉ DE CENORIA

PIÑA NO SEU ZUME

Semana 3

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



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