



SEN LEGUMINOSAS

XUÑO 2023



LUNS

29/05/2023

MARTES

30/05/2023

MÉRCORES

31/05/2023

XOVES

01/06/2023

VENRES

02/06/2023

COLIFLOR O VAPOR

CREMA CAMPEIRA

XURELO O FORNO

POLO O CHILINDRON

PATACA COCIDA

MACARRONS SALTEADOS

FROITA

FROITA

Semana 1

05/06/2023

ENSALADA TROPICAL

06/06/2023

BROCOLI A CASEIRA

07/06/2023

CREMA DE CABACIÑA

08/06/2023

SOPA DE PASTA

09/06/2023

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

CALDERETA DE TENREIRA

PESCADA A PRANCHA

LOMBO NATURAL ADUBADO

GALLO SAN PEDRO O FORNO

TORTILLA DE PATACA

MACARRONS SALTEADOS

PATACA O VAPOR CON PEREXIL

ARROZ BRANCO

PATACA PANADEIRA

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

IOGUR

FROITA

FROITA

IOGUR

FROITA

Semana 2

12/06/2023

BROCOLI A CASEIRA

13/06/2023

ESPAGUETTIS CON VERDURAS

14/06/2023

ENSALADA PRIMAVERA

15/06/2023

CREMA DE CABACIÑA

16/06/2023

ENSALADA ITALIANA

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

GALLO SAN PEDRO O FORNO

XAMON ASADO

POLO O ALLO

FILETE DE PESCADA A ROMANA

LEITUGA E TOMATE

ARROZ BRANCO

PATACA GUISADA

BROCOLI E CENORIA

FROITA

IOGUR

FROITA

IOGUR

FROITA

Semana 3

19/06/2023

SOPA DE PASTA

20/06/2023

ENSALADA PRIMAVERA

21/06/2023

MENU ESPECIAL FIN DE CURSO

22/06/2023

ATÚN GUISADO

23/06/2023

MACARRONS SALTEADOS

TORTILLA DE CABACIÑA

ATÚN GUISADO

TOMATE NATURAL

IOGUR

FROITA

Semana 4

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 visita: www.arumeservicios.com



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

Inés Barciela Cabaleiro