



SEN FROITOS SECOS

FEBREIRO 2024



LUNS

29/01/2024

MARTES

30/01/2024

MÉRCORES

31/01/2024

XOVES

01/02/2024

VENRES

02/02/2024

Semana 1

CREMA CAMPEIRA

XUDIAS CON OVO RELADO

XURELO EN SALSA DE LIMÓN

RAGOUT DE PORCO CON CHAMPIÑONS, CENORIAS E ARROZ

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FROITA

FROITA

05/02/2024

MACARRONS CON TOMATE

06/02/2024

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

07/02/2024

LENTILLAS VEXETAIS

08/02/2024

CREMA DE CENORIA

09/02/2024

SOPA DE COCIDO

XARDA CON ALLO E PEREXIL

GUISO DE PORCO CON PATACAS

TORTILLA DE PATACA

POLO STROGONOFF

COCIDO

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

LEITUGA E TOMATE

ARROZ BRANCO

IOGUR

FROITA

FROITA

IOGUR

FLOR DE ENTROIDO

Semana 2

12/02/2024

VACACIONS DE ENTROIDO

13/02/2024

VACACIONS DE ENTROIDO

14/02/2024

VACACIONS DE ENTROIDO

15/02/2024

CREMA DE CABACIÑA

LOMBO EN SALSA

MACARRONS SALTEADOS

FROITA

16/02/2024

CALDO GALEGO

POLO ASADO

ARROZ BRANCO

FROITA

Semana 3

19/02/2024

SOPA DE CABELLIN

PESCADA EN SALSA DE CEDEIRESA

ARROZ CON VERDURAS

IOGUR

20/02/2024

FABAS ESTUFADAS

LOMBO ASADO

PATACA ASADA

FROITA

21/02/2024

CREMA CAMPEIRA

FIDEUA DE POLO

FROITA

22/02/2024

GARAVANZOS CON ESPINACAS

TORTILLA DE PATACA

TOMATE

IOGUR

23/02/2024

CALDO DE GLORIA

XARDA A MARIÑEIRA

ESPIRAIS SALTEADOS

FROITA

Semana 4

26/02/2024

CREMA DE CABAZA

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

PATACAS GUISADAS

FROITA

27/02/2024

MINESTRA CON XAMÓN

FILETE DE PESCADA A ROMANA

CODIÑOS CON ALLO E PEREXIL

IOGUR

28/02/2024

SOPA DE VERDURAS

ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE

ARROZ BRANCO

FROITA

29/02/2024

MACARRONS CON CHOURIZO

LENTILLAS ESTUFADAS CON POLO

IOGUR

01/03/2024

Semana 5

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 desexas consultar o menú online visita www.arumeservizos.com



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