



SEN PEIXE

XANEIRO 2024



LUNS

08/01/2024

CREMA CAMPEIRA

MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL

IOGUR DE CHOCOLATE

MARTES

09/01/2024

GARAVANZOS CON CHOURIZO

LOMBO ASADO

PATACA O VAPOR CON PEREXIL

FROITA

MÉRCORES

10/01/2024

MINISTRA SALTEADA

POLO O ALLO

ARROZ BRANCO

IOGUR

XOVES

11/01/2024

SOPA DE PIÑONS

TENREIRA ASADA EN SALS

BROCOLI CON CENORIA

FROITA

VENRES

12/01/2024

LENTELLAS A CASEIRA

TORTILLA DE CABACIÑA

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

Semana 1

15/01/2024

CALDO GALEGO

TAQUIÑO DE POLO GUISADO CON MACARRONS

FROITA

16/01/2024

SOPA DE VERDURAS (con piñones)

LOMBO NATURAL ADUBADO EN SALS

PATACAS GUISADAS

IOGUR

17/01/2024

FABAS ESTUFADAS

TORTILLA FRANCESA

PATACA COCIDA

FROITA

18/01/2024

CREMA DE CABAZA E CABACIÑA

TENREIRA GOBERNADA CON ARROZ

IOGUR

19/01/2024

XUDIAS CON PATACAS E ALLADA

FILETE RUSO

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FROITA

Semana 2

22/01/2024

CREMA DE XUDIAS

RAGOUT DE PORCO CON CHAMPIÑONS E PATACAS

IOGUR

23/01/2024

LENTELLAS GUISADAS

TORTILLA DE PATACA

TOMATE

FROITA

24/01/2024

CREMA DE CENORIA

PAELLA DE POLO E VERDURAS

IOGUR

25/01/2024

ESPIRAIS O FORNO

TORTILLA FRANCESA

FIDEOS

FROITA

26/01/2024

SOPA DE VERDURAS

GUISO DE PORCO CON PATACAS

FROITA

Semana 3

29/01/2024

LENTELLAS A CASEIRA CON CHOURIZO

POLO ASADO

MINISTRA

FROITA

30/01/2024

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

TORTILLA FRANCESA

CODIÑOS CON ALLO E PEREXIL

FROITA

31/01/2024

SOPA DE FIDEOS

PEITUGA DE POLO ENFARIÑADA

PATACA ASADA

IOGUR

01/02/2024

SOPA DE FIDEOS

PATACA ASADA

IOGUR

02/02/2024

SOPA DE FIDEOS

PATACA ASADA

IOGUR

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 visite: www.arumeservicios.com



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

Inés Barciela Cabaleiro