

SEN LACTOSA

XUÑO 2024



LUNS

03/06/2024

ENSALADA TRICOLOR

BOLOÑESA VEXETAL

MACARRONS SALTEADOS

FROITA

MARTES

04/06/2024

CREMA DE CABACIÑA

TORTILLA DE ATÚN

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS

IOGUR SEN LACTOSA

MÉRCORES

05/06/2024

ENSALADA PRIMAVERA CON OVO

XAMON ASADO

ARROZ BRANCO

FROITA

XOVES

06/06/2024

CODIÑOS CON ALLO E PEREXIL

PESCADA A GALEGA

BROCOLI CON PATACA

IOGUR SEN LACTOSA

VENRES

07/06/2024

LENTELLAS A CASEIRA

POLO ASADO

LEITUGA E TOMATE

FROITA

Semana 1

10/06/2024

SOPA DO DIA

PESCADA EN SALSA DE ALBAHACA

ARROZ CON VERDURAS

IOGUR SEN LACTOSA

11/06/2024

ENSALADA CON GARAVANZOS

GUISO DE PORCO CON PATACAS

FROITA

12/06/2024

ENSALADILLA

TAQUIÑO DE POLO GUISADO

FIDEOS

FROITA

13/06/2024

CREMA CAMPEIRA

TORTILLA DE PATACA

ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA, MILLO E CENORIA

IOGUR SEN LACTOSA

14/06/2024

TALLARINS CON TOMATE

XARDA A MARIÑEIRA

BROCOLI CON CENORIA

FROITA

Semana 2

17/06/2024

CREMA DE CABAZA

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

PATACAS ESTUFADAS

FROITA

18/06/2024

SOPA DE VERDURAS

XURELO O FORNO

LEITUGA E TOMATE

IOGUR SEN LACTOSA

19/06/2024

XUDIAS CON OVO RELADO

LOMBO ASADO

ARROZ BRANCO

FROITA

20/06/2024

ENSALADA COMPLETA

MACARRONS CON CHOURIZO

IOGUR SEN LACTOSA

21/06/2024

NUGGETS DE POLO

HAMBURGUESA CON QUEIXO

PATACAS CHIP

BISCOITO

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. Sa deusea consultar o menú online visite: www.arumeservicios.com



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