

SEN CARNE

NOVEMBRO 2024



LUNS

04/11/2024

CREMA DE VERDURAS

ROLIÑO PRIMAVERA

ARROZ BRANCO

FROITA

MARTES

05/11/2024

GARAVANZOS CON VERDURAS

XURELO A GALEGA

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

IOGUR

MÉRCORES

06/11/2024

SOPA DE FIDEOS

TORTILLA DE PATACA

TOMATE NATURAL

FROITA

XOVES

07/11/2024

TALLARINS TRIS-TRAS

PESCADA A GALEGA

BROCOLI CON PATACA

IOGUR

VENRES

08/11/2024

CREMA DE CABAZA

TORTILLA FRANCESA

PATACA ASADA

FROITA

Semana 1

11/11/2024

ARROZ TRES DELICIAS

PESCADA EN SALSA VERDE

LEITUGA E TOMATE

IOGUR

12/11/2024

CALDO DE REPOLO

XURELO O FORNO

PATACA COCIDA

FROITA

13/11/2024

CREMA DE CABACIÑA

MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL

FROITA

14/11/2024

LENTELLAS VEXETAIS

EMPANADA DE ATÚN

IOGUR

15/11/2024

MINESTRA

ABADEXO EN SALSA CEDEIRESA

ARROZ BRANCO

FROITA

Semana 2

18/11/2024

CREMA DE CENORIA

TORTILLA DE CABACIÑA

TOMATE NATURAL

FROITA

19/11/2024

SOPA DE VERDURAS (con piñons)

GALLO SAN PEDRO O FORNO

PATACA COCIDA

IOGUR

20/11/2024

POTAXE DE LENTELLAS

FILETE DE PESCADA A ROMANA

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FROITA

21/11/2024

XUDIAS CON ALLADA

ROLIÑO PRIMAVERA

PATACA PANADEIRA

IOGUR

22/11/2024

CREMA DE VERDURAS

ATUN GUISADO CON FIDEOS

FROITA

Semana 3

25/11/2024

FABAS ESTUFADAS

ROLIÑO PRIMAVERA

XARDIÑEIRA

FROITA

26/11/2024

SOPA DE PIÑONS

PESCADA EN SALSA DE PORROS

BROCOLI E CENORIA

FROITA

27/11/2024

CREMA CAMPEIRA

TORTILLA FRANCESA

MACARRONS SALTEADOS

IOGUR

28/11/2024

LENTELLAS A CASEIRA

XURELO EN SALSA DE LIMÓN

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FROITA

29/11/2024

SOPA DE VERDURAS CON ESTRELIÑAS

GALLO SAN PEDRO O FORNO

ARROZ BRANCO

IOGUR

Semana 4

Garante que estos menús fueron planificados segundo os principios dietético-nutricionares 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