

DECEMBRO

HIPOCALÓRICA-  
HIPERCOLESTEROLEMIA

**ARUME**  
COCINAMOS PARA TI

LUNS 27/11/2017	MARTES 28/11/2017	MÉRCORES 29/11/2017	XOVES 30/11/2017	VENRES 01/12/2017
				SOPA DE VERDURAS  GUISO DE TENREIRA CON VERDURAS E PATACAS  FROITA
LUNS 04/12/2017	MARTES 05/12/2017	MÉRCORES 06/12/2017	XOVES 07/12/2017	VENRES 08/12/2017
GARAVANZOS CON ACELGAS  MARUCA  ENSALADA  IOGUR DESNATADO	CREMA DE CENORIA  XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO  MACARRÓNS  FROITA	FESTIVO	NON LECTIVO	FESTIVO
LUNS 11/12/2017	MARTES 12/12/2017	MÉRCORES 13/12/2017	XOVES 14/12/2017	VENRES 15/12/2017
SOPA MINISTRONE CON FIDEOS  COSTELETA DE PORCO  ARROZ BRANCO  FROITA	LENTELLAS CON VERDURAS  PESCADA Á PRANCHA  COLIFLOR REFOGADA  IOGUR DESNATADO	SOPA DO DÍA  POLO ASADO  PATACA E MINESTRA  FROITA	ESPIRAIS SALTEADOS  MARUCA  ENSALADA  IOGUR DESNATADO	CREMA DE CABACIÑA  ESTUFADO DE PAVO CON ARROZ  FROITA
LUNS 18/12/2017	MARTES 19/12/2017	MÉRCORES 20/12/2017	XOVES 21/12/2017	VENRES 22/12/2017
XUDÍAS REFOGADAS  PESCADA Ó FORNO  FIDEO  IOGUR DESNATADO	CALDO VEXETAL  LOMBO ASADO  GORNICIÓN DE PATACA  FROITA	CREMA DE CABAZA  TORTILLA FRANCESA  PURÉ DE PATACA  IOGUR DESNATADO	SOPA DE NADAL  XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO  ARROZ BRANCO  IOGUR DESNATADO	

  
**ARUME**  
COCINAMOS PARA TI

Garante que estes menús foron 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.