

DECEMBRO

HIPOCALORICA



ARUME

COCINAMOS PARA TI

LUNS 02/12/2019	MARTES 03/12/2019	MÉRCORES 04/12/2019	XOVES 05/12/2019	VENRES 06/12/2019
BROCOLI A CASEIRA	CODIÑOS SALTEADOS	SOPA DE CABELLIN	CREMA DE VERDURAS VERDES E LARANXAS	
TENREIRA ASADA	XURELO O FORNO	PEITUGA DE PAVO ASADA	LOMBO ASADO	FESTIVO
FIDEOS	COLIFLOR CON PATACAS	ARROZ BRANCO	LEITUGA E TOMATE	
FROITA	FROITA	IOGUR DESNATADO	FROITA	
LUNS 09/12/2019	MARTES 10/12/2019	MÉRCORES 11/12/2019	XOVES 12/12/2019	VENRES 13/12/2019
ESPIRAIS SALTEADOS	CREMA VEXETAL	XUDIAS REFOGADAS	CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ	SOPA DE VERDURAS
PESCADA EN SALSA VERDE	POLO ASADO	LOMBO ASADO	RAPE O FORNO	XAMÓN ASADO
BROCOLI CON PATACA	PURÉ DE PATACA E CENORIA	PATACA ASADA	TALLARINS SALTEADOS	ARROZ BRANCO
FROITA	FROITA	IOGUR DESNATADO	FROITA	IOGUR DESNATADO
LUNS 16/12/2019	MARTES 17/12/2019	MÉRCORES 18/12/2019	XOVES 19/12/2019	VENRES 20/12/2019
LENTELLAS VEXETAIS	SOPA DE AVE	CREMA DE PORROS	MACARRONS SALTEADOS	SOPA DE NADAL
SALMON O FORNO	TENREIRA O CALDEIRO	PEITUGA DE PAVO ASADA	FOGONEIRO O FORNO	PEITUGA DE POLO
LEITUGA E TOMATE	REPOLO E PATACA	ARROZ BRANCO	PATACA COCIDA	ARROZ CON MAZA
FROITA	FROITA	IOGUR DESNATADO	FROITA	IOGUR DESNATADO DE CHOCOLATE



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.