

XANEIRO

SEN LACTOSA-PROTEINA DO
LEITE



ARUME

COCINAMOS PARA TI

LUNS 06/01/2020	MARTES 07/01/2020	MÉRCORES 08/01/2020	XOVES 09/01/2020	VENRES 10/01/2020
FESTIVO	NON LECTIVO	XUDIAS CON TOMATE ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS IOGUR DE SOIA	TALLARINS CON TOMATE SALMON O FORNO PISTO DE VERDURAS FROITA	CREMA DE PORROS TORTILLA DE PATACA TOMATE NATURAL FROITA
LUNS 13/01/2020	MARTES 14/01/2020	MÉRCORES 15/01/2020	XOVES 16/01/2020	VENRES 17/01/2020
LENTELLAS CON CHOURIZO FILETE DE PESCADA ENSALADA IOGUR DE SOIA	ENSALADA DE LEITUGA, PEMENTO MORRON, REMOLACHA, MILLO E CENORIA XAMÓN ASADO ARROZ BRANCO IOGUR DE SOIA	SOPA DE AVE BACALLAO EN SALSA BROCOLI CON PATACA FROITA	ESPIRAIS NAPOLITANA POLO ASADO ENSALADA FROITA	CREMA DE CABACIÑA PAELLA DE PAVO CON VERDURAS IOGUR DE SOIA
LUNS 20/01/2020	MARTES 21/01/2020	MÉRCORES 22/01/2020	XOVES 23/01/2020	VENRES 24/01/2020
GARAVANZOS CON ESPINACAS ATÚN GUISADO ESPAGUETIS SALTEADOS FROITA	SOPA DO DIA TERNERA O CALDEIRO CON CHOURIZO REPOLO, PATACA E GARAVANZOS FROITA	CREMA DE CENORIA E BROCOLI TORTILLA DE CABACIÑA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO IOGUR DE SOIA	MACARRONS CON TOMATE PESCADA A GALEGA COLIFLOR A GALEGA FROITA	CREMA DE CENORIA TAQUIÑO DE POLO GUISADO MACARRONS SALTEADOS IOGUR DE SOIA
LUNS 27/01/2020	MARTES 28/01/2020	MÉRCORES 29/01/2020	XOVES 30/01/2020	VENRES 31/01/2020
LENTELLAS ESTUFADAS PEIXE PAU O VAPOR ENSALADA FROITA	SOPA DE VERDURAS POLO EN PEPITORIA PURÉ DE PATACA E CENORIA FROITA	CREMA DE CABAZA E GARAVANZOS GUIZO DE POTA CON PATACAS IOGUR DE SOIA	CREMA VEXETAL PEITUGA DE POLO ENFARIÑADA ARROZ BRANCO FROITA	FABAS CON CHOURIZO PESCADA EN SALSA VERDE BROCOLI REFOGADO IOGUR DE SOIA



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.