



FÁCIL MASTICACIÓN

SETEMBRO 2021



LUNS

06/09/2021

MARTES

07/09/2021

MÉRCORES

08/09/2021

XOVES

09/09/2021

VENRES

10/09/2021

Semana 1

XUDIAS REFOGADAS

ENSALADILLA

XURELO O FORNO

MACARRONS CON TOMATE E ATÚN

ARROZ BRANCO

IOGUR

IOGUR

13/09/2021

SOPA DE ESTRELIÑAS

14/09/2021

POTAXE DE LENTELLAS

15/09/2021

CREMA DE CENORIA

16/09/2021

ESPAGUETTIS CON VERDURAS

17/09/2021

SOPA DE CABELLIN

SALMON O FORNO

XURELO EN SALSA DE LIMÓN

TORTILLA FRANCESA

PESCADA O FORNO

TORTILLA DE PATACA

MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL

PATACAS O VAPOR

ARROZ BRANCO

PURÉ DE PATACA

IOGUR

IOGUR

IOGUR

IOGUR

IOGUR

Semana 2

20/09/2021

CROQUETAS

21/09/2021

COLIFLOR A GALEGA

22/09/2021

CREMA DE VERDURAS

23/09/2021

PISTO

24/09/2021

ESPIRAIS O FORNO

PESCADA A MARIÑEIRA

TORTILLA DE PATACA

MACARRONS A BOLOÑESA

SALMON O FORNO

GARAVANZOS CON BACALLAO

VERDURAS

0-Jan-00

PATACA ASADA

XELATINA

IOGUR

IOGUR

IOGUR

IOGUR

Semana 3

27/09/2021

MINESTRA SALTEADA

28/09/2021

LENTELLAS VEXETAIS

29/09/2021

CREMA DE CABAZA

30/09/2021

FABAS CON VERDURAS

01/10/2021

TORTILLA FRANCESA

FOGONEIRO EN SALSA DE CEDEIRESA

PESCADA O FORNO

TORTILLA DE ATÚN

MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL

PATACAS O VAPOR

FIDEOS

0-Jan-00

IOGUR

IOGUR

IOGUR

IOGUR

Semana 4

Garante que estos menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial de Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade. Se desexa consultar o menú online visita: www.arumeservicios.com

