



SEN FROITOS SECOS

MAIO 2022



LUNS

02/05/2022

ENSALADA TROPICAL

TAQUIÑO DE PAVO GUISADO CON MACARRONS

IOGUR

MARTES

03/05/2022

SOPA DE FIDEOS

PESCADA EN SALSA DE CEDEIRESA

PATACAS O VAPOR

FROITA

MÉRCORES

04/05/2022

CREMA DE CENORIA

TORTILLA DE PATACA

LEITUGA E TOMATE

FROITA

XOVES

05/05/2022

ESPIRAIS CON VEXETAIS

GARAVANZOS CON BACALLAO

IOGUR

VENRES

06/05/2022

XUDIAS REFOGADAS

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

FROITA

Semana 1

09/05/2022

POTAXE DE LENTELLAS

PESCADA A MARIÑEIRA

PATACAS O VAPOR

FROITA

10/05/2022

CREMA DE CABAZA

ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE

MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL

IOGUR

11/05/2022

SOPA DE ESTRELIÑAS

POLO O CHILINDRON

VERDURAS

FROITA

12/05/2022

ENSALADILLA

FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA

ARROZ BRANCO

IOGUR

13/05/2022

ESPAGUETTIS CON VERDURAS

XARDA EN SALSA DE LIMON

ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS

FROITA

Semana 2

16/05/2022

ENSALADA DE ARROZ

LOMBO ADUBADO O FORNO

VERDURAS

XELATINA

17/05/2022

FESTIVO

18/05/2022

CREMA DE CABACIÑA

TENREIRA GOVERNADA CON ARROZ

IOGUR

19/05/2022

SOPA DE FIDEOS

TORTILLA DE ATÚN

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

20/05/2022

COLIFLOR A GALEGA

PUCHERO DE PAVO CON PATACAS

FROITA

Semana 3

23/05/2022

LENTELLAS CON CHOURIZO

CALDERETA DE TENREIRA CON FIDEOS

IOGUR

24/05/2022

ENSALADA ITALIANA

ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS

FROITA

25/05/2022

XUDIAS CON ALLADA

MACARRONS A BOLOÑESA

FROITA

26/05/2022

FABAS ESTUFADAS

PESCADILLA A ROMANA

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS

FROITA

27/05/2022

CREMA DE VERDURAS

PAELLA MIXTA DE PEIXE, POLO E LURAS

IOGUR

Semana 4

30/05/2022

CREMA DE CABAZA

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

PATACA O FORNO

FROITA

31/05/2022

ENSALADA DE GARAVANZOS

RABAS

ARROZ BRANCO

FROITA

01/06/2022

02/06/2022

03/06/2022

Semana 5

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. Se desexa consultar o menú online visita: www.arumeservicios.com

