

DECEMBRO

SEN LEGUMINOSAS



ARUME
COCINAMOS PARA TI

LUNS 30/11/2020	MARTES 01/12/2020	MÉRCORES 02/12/2020	XOVES 03/12/2020	VENRES 04/12/2020
	BROCOLI REFOGADO	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	ENSALADA PRIMAVERA CON OVO
	PEITUGA DE PAVO ASADA	PESCADA O FORNO	POLO ASADO	RAPE O FORNO
	ARROZ BRANCO	FIDEOS	PATACA GUISADA	PATACA COCIDA
	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA
LUNS 07/12/2020	MARTES 08/12/2020	MÉRCORES 09/12/2020	XOVES 10/12/2020	VENRES 11/12/2020
NON LECTIVO	FESTIVO	CREMA DE CABACIÑA	SOPA DE ESTRELIÑAS	BROCOLI A SALTEADO
		PESCADA O FORNO	TORTILLA DE CABACIÑA	XURELO A GALEGA
		ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS	LEITUGA E TOMATE	PATACAS O VAPOR
		FROITA	IOGUR	FROITA
LUNS 14/12/2020	MARTES 15/12/2020	MÉRCORES 16/12/2020	XOVES 17/12/2020	VENRES 18/12/2020
CREMA DE VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA, PEMENTO MORRON, MILLO E CENORIA	CREMA DE BROCOLI E CENORIA	MACARRONS SALTEADOS CON CHAMPIÑONS, ALLO E PEREJIL	CREMA DE CABACIÑA
XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	RAPE O FORNO	XAMÓN ASADO	MARUCA O FORNO	LOMBO ASADO
MACARRONS SALTEADOS	ARROZ BRANCO	PATACA COCIDA	ENSALADA DE LEITUGA E MILLO	PATACA COCIDA
FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA
LUNS 21/12/2020	MARTES 22/12/2020	MÉRCORES 23/12/2020	XOVES 24/12/2020	VENRES 25/12/2020
CREMA DE CENORIA	SOPA DE PASTA			
XURELO O FORNO	PEITUGA DE POLO ENFARIÑADA			
LEITUGA E TOMATE	PATACA ASADA			
IOGUR	CHOCOLATINA			



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.

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición
DNI.: 53172340 C

Inés Barciela Cabaleiro