

DECEMBRO

SEN SAL



ARUME
COCINAMOS PARA TI

LUNS 30/11/2020	MARTES 01/12/2020	MÉRCORES 02/12/2020	XOVES 03/12/2020	VENRES 04/12/2020
	CALDO VEXETAL	CREMA DE VERDURAS	SOPA VEXETAL	ENSALADA PRIMAVERA
	PAELLA DE PAVO CON VERDURAS	PESCADA A PRANCHA	POLO ASADO	RAPE O FORNO
		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	FABAS VEXETAIS	SOPA DE ESTRELIÑAS	LENTELLAS VEXETAIS
		PESCADA A PRANCHA	PEITUGA DE PAVO	XURELO A GALEGA
		ENSALADA	LEITUGA E TOMATE	PATACA COCIDA
		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	FABAS VEXETAIS
XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	GUIZO DE CALAMARES CON ARROZ	XAMÓN ASADO	PESCADA A PRANCHA	GUIZO DE CARNE
MACARRONS SALTEADOS		XARDIÑEIRA	ENSALADA DE LEITUGA E MILLO	
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
GARAVANZOS CON VERDURAS	SOPA DE PASTA			
XURELO O FORNO	PEITUGA DE POLO			
LEITUGA E TOMATE	PATACAS ASADAS			
IOGUR	FROITA			



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