

FEBREIRO

SEN LACTOSA-
PROTEÍNA DO LEITEARUME
COCINAMOS PARA TI

LUNS 01/02/2021	MARTES 02/02/2021	MÉRCORES 03/02/2021	XOVES 04/02/2021	VENRES 05/02/2021
CREMA DE CENORIA	FABAS VEXETAIS	XUDIAS CON TOMATE	MACARRONS CON CHAMPIÑONS	CREMA DE PORROS
TENREIRA GUIADA	FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA CON ALLO E PEREXIL	GUIZO DE CARNE	SALMON O FORNO	POLO O ALLO
FIDEOS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS		PISTO DE VERDURAS	ARROZ BRANCO
FROITA	FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA	IOGUR DE SOIA
LUNS 08/02/2021	MARTES 09/02/2021	MÉRCORES 10/02/2021	XOVES 11/02/2021	VENRES 12/02/2021
LENTELLAS CON CENORIAS E CHOURIZO	CREMA DE CABACIÑA	CALDO GALEGO	SOPA DE VERDURAS	SOPA DO DIA
GUIZO DE BACALLAO CON PATACAS	TENREIRA EN SALSA DE CENORIA CON PATACAS	ATÚN GUIADO	POLO ASADO	CARNE DE COCIDO
		FIDEOS	PATACA GUIADA	REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
IOGUR DE SOIA	FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA	PALMEIRA DE HOXALDRE
LUNS 15/02/2021	MARTES 16/02/2021	MÉRCORES 17/02/2021	XOVES 18/02/2021	VENRES 19/02/2021
NON LECTIVO	NON LECTIVO	NON LECTIVO	SOPA DE ESTRELIÑAS	LENTELLAS A CASEIRA
			TORTILLA DE CABACIÑA	XURELO A GALEGA
			LEITUGA E TOMATE	PATACA O VAPOR
			IOGUR DE SOIA	FROITA
LUNS 22/02/2021	MARTES 23/02/2021	MÉRCORES 24/02/2021	XOVES 25/02/2021	VENRES 26/02/2021
CREMA DE VERDURAS	XUDIAS CON CHOURIZO	CREMA DE CENORIA E BROCOLI	MACARRONS SALTEADOS CON CHAMPIÑONS	FABAS VEXETAIS
TAQUIÑO DE POLO GUIADO	GUIZO DE CALAMARES CON ARROZ	XAMÓN ASADO	MARUCA O FORNO	GUIZO DE CARNE
MACARRONS SALTEADOS		XARDIÑEIRA	ENSALADA DE LEITUGA E MILLO	
FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA

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.

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