

SETEMBRO

SEN CARNE



**ARUME**  
COCINAMOS PARA TI

LUNS 07/09/2020	MARTES 08/09/2020	MÉRCORES 09/09/2020	XOVES 10/09/2020	VENRES 11/09/2020
			CREMA DE CENORIA	XUDIAS REFOGADAS
			ROLIÑO PRIMAVERA	TORTILLA FRANCESA
			PATACAS	PATACA PANADEIRA
			IOGUR	IOGUR
LUNS 14/09/2020	MARTES 15/09/2020	MÉRCORES 16/09/2020	XOVES 17/09/2020	VENRES 18/09/2020
SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINCAS	CREMA DE BROCOLI E CENORIA	ESPIRAIS O FORNO	COLIFLOR A GALEGA
RAPE O FORNO	FILETE DE PESCADA A ROMANA	MACARRONES CON TOMATE Y ATÚN	SALMON EN SALSA	TORTILLA DE PATACA
ARROZ	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS		VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIAS E OLIVAS
IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR
LUNS 21/09/2020	MARTES 22/09/2020	MÉRCORES 23/09/2020	XOVES 24/09/2020	VENRES 25/09/2020
ENSALADA TROPICAL	SOPA VEXETAL	GARAVANZOS CON VERDURAS	MINESTRA SALTEADA	LENTELLAS CON VERDURAS
RAPE O FORNO	ROLIÑO PRIMAVERA	FILETE DE PESCADA A MARINEIRA	TORTILLA FRANCESA	PEZ PAO O FORNO
MACARRONS CON ALLO E PEREXIL	ARROZ	PATACAS O VAPOR	ARROZ BRANCO	ENSALADA DE LEITUGA, ESPÁRRAGOS E CENORIA
IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR
LUNS 28/09/2020	MARTES 29/09/2020	MÉRCORES 30/09/2020	XOVES 01/10/2020	VENRES 02/10/2020
CREMA DE CABAZA	FABAS CON VERDURAS	XUDIAS EN SALSA DE TOMATE		
SALMON O FORNO	PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL	TORTILLA FRANCESA		
FIDEOS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	PATACAS		
IOGUR	IOGUR	IOGUR		



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 visite: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)