

ABRIL

LAXANTE



**ARUME**  
COCINAMOS PARA TI

LUNS 05/04/2021	MARTES 06/04/2021	MÉRCORES 07/04/2021	XOVES 08/04/2021	VENRES 09/04/2021
NON LECTIVO	FABAS VEXETAIS  PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL  ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS  FROITA	XUDIAS CON TOMATE  GUISO DE CARNE  IOGUR	MACARRONS INTEGRAIS CON CHAMPIÑONS  SALMON O FORNO  PISTO DE VERDURAS  FROITA	CREMA DE PORROS  POLO O ALLO  ARROZ INTEGRAL  IOGUR
LUNS 12/04/2021	MARTES 13/04/2021	MÉRCORES 14/04/2021	XOVES 15/04/2021	VENRES 16/04/2021
BROCOLI A SALTEADO  TORTILLA DE PATACA  LEITUGA E TOMATE  IOGUR	CREMA DE CABACIÑA  TENREIRA ASADA  PISTO DE VERDURAS  FROITA	CALDO GALEGO  ATÚN GUIADO  MACARRONS INTEGRAIS  IOGUR	SOPA DE VERDURAS  POLO ASADO  PATACA GUISADA  FROITA	ENSALADA PRIMAVERA CON OVO  BACALLAO ESTUFADO CON PATACAS  FROITA
LUNS 19/04/2021	MARTES 20/04/2021	MÉRCORES 21/04/2021	XOVES 22/04/2021	VENRES 23/04/2021
CREMA DE VERDURAS  PEITUGA DE PAVO ASADA  PATACA ASADA  IOGUR	BROCOLI A SALTEADO  LOMBO ASADO  ARROZ INTEGRAL  FROITA	FABAS VEXETAIS  FILETE DE PESCADA A ROMANA  ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS  FROITA	PISTO  TORTILLA DE PATACA  LEITUGA E TOMATE  IOGUR	LENTELLAS A CASEIRA  XURELO A GALEGA  PATACAS O VAPOR  FROITA
LUNS 26/04/2021	MARTES 27/04/2021	MÉRCORES 28/04/2021	XOVES 29/04/2021	VENRES 30/04/2021
CREMA DE VERDURAS  TAQUIÑO DE POLO GUIADO  MACARRONS INTEGRAIS  FROITA	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, PEMENTO MORRON,  PESCADA O FORNO  ARROZ INTEGRAL  IOGUR	CREMA DE CABACIÑA  ALBÓNDEGAS  PISTO DE VERDURAS  FROITA	MACARRONS INTEGRAIS SALTEADOS CON CHAMPIÑONS,  MARUCA O FORNO  PURÉ DE PATACA  IOGUR	FABAS VEXETAIS  GUISO DE CARNE  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*