

NOVEMBRO

SEN CARNE


ARUME
 COCINAMOS PARA TI

LUNS 02/11/2020	MARTES 03/11/2020	MÉRCORES 04/11/2020	XOVES 05/11/2020	VENRES 06/11/2020
CALDO DE REPOLO, PORRO, CENORIA E ESPINACAS	CREMA DE CENORIA	LENTELLAS VEXETAIS	XUDIAS REFOGADAS	FABAS CON CABAZA
TORTILLA FRANCESA	SALMON O FORNO	PESCADA A GALEGA	CANELONS DE ATUN	XURELO EN SALSA VERDE
PURÉ DE PATACA	MACARRONS SALTEADOS	PATACAS O VAPOR	LEITUGA E TOMATE	CHÍCHAROS CON PATACAS
FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA
LUNS 09/11/2020	MARTES 10/11/2020	MÉRCORES 11/11/2020	XOVES 12/11/2020	VENRES 13/11/2020
SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS	CREMA DE BROCOLI E CENORIA	ESPIRAIS O FORNO	COLIFLOR A GALEGA
MACARRONS CON TOMATE E ATÚN	FILETE DE PESCADA A ROMANA	ROLIÑO PRIMAVERA	SALMON EN SALSA	TORTILLA DE PATACA
	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS	PATACA COCIDA	VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS
IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA
LUNS 16/11/2020	MARTES 17/11/2020	MÉRCORES 18/11/2020	XOVES 19/11/2020	VENRES 20/11/2020
ENSALADA TROPICAL	SOPA VEXETAL	GARAVANZOS CON VERDURAS	MINESTRA SALTEADA	LENTELLAS VEXETAIS
RAPE O FORNO	TORTILLA FRANCESA	PESCADA A MARIÑEIRA	ROLIÑO PRIMAVERA	FOGONEIRO EN SALSA DE CABAZA
MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL	PATACA COCIDA	PATACAS O VAPOR	ARROZ BRANCO	LEITUGA, ESPARRAGOS E CENORIA
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	IOGUR
LUNS 23/11/2020	MARTES 24/11/2020	MÉRCORES 25/11/2020	XOVES 26/11/2020	VENRES 27/11/2020
CREMA DE CABAZA	FABAS CON VERDURAS	XUDIAS CON TOMATE	MACARRONS CON CHAMPIÑONS	CREMA DE PORROS
MACARRONS CON TOMATE E ATÚN	PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL	RAPE O FORNO	SALMON O FORNO	ROLIÑO PRIMAVERA
	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	ARROZ BRANCO	PISTO DE VERDURAS	ARROZ BRANCO
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR
LUNS 30/11/2020	MARTES 01/12/2020	MÉRCORES 02/12/2020	XOVES 03/12/2020	VENRES 04/12/2020
SOPA DE CABELLIN				
TORTILLA DE PATACA				
IOGUR				


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.