

NOVEMBRO

SEN LEGUMINOSAS


**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	SOPA DE AVE	CREMA DE CABACIÑA	CODIÑOS SALTEADOS
LOMBO EN SALSA	PEITUGA DE PAVO ASADA	PESCADA A GALEGA	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	XURELO O FORNO
PURÉ DE PATACA	MACARRONS SALTEADOS	PATACAS O VAPOR	LEITUGA E TOMATE	PATACA COCIDA
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	CODIÑOS SALTEADOS	CREMA DE BROCOLI E CENORIA	ESPIRAIS SALTEADOS	COLIFLOR A GALEGA
TENREIRA ESTUFADA CON ARROZ	FILETE DE PESCADA A ROMANA	ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS	SALMON O FORNO	TORTILLA DE PATACA
IOGUR	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS	IOGUR	PURÉ DE PATACA	ENSALADA
FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
LUNS 16/11/2020	MARTES 17/11/2020	MÉRCORES 18/11/2020	XOVES 19/11/2020	VENRES 20/11/2020
ENSALADA CON ANANÁS	SOPA VEXETAL	CODIÑOS SALTEADOS	PISTO	SOPA DE ARROZ
LOMBO EN SALSA	GUIZO DE CARNE	PESCADA O FORNO	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	FOGONEIRO EN SALSA DE CABAZA
MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL	IOGUR	PATACA O VAPOR	ARROZ BRANCO	LEITUGA, ESPARRAGOS E CENORIA
FROITA	FROITA	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	SOPA DE PASTA	CREMA DE CENORIA	MACARRONS SALTEADOS CON CHAMPIÑONS	CREMA DE PORROS
TENREIRA ASADA	PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL	XAMÓN ASADO	SALMON O FORNO	POLO O ALLO
FIDEOS	ENSALADA	ARROZ BRANCO	PURÉ DE PATACA	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				
XAMÓN ASADO				
PATACA ASADA				
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.