

NOVEMBRO

SEN CARNE


ARUME
 COCINAMOS PARA TI

LUNS 29/10/2018	MARTES 30/10/2018	MÉRCORES 31/10/2018	XOVES 01/11/2018	VENRES 02/11/2018
			FESTIVO	CALDO DE REPOLO, PORRO, CENORIA E ESPINACAS CANELONS DE ATUN ARROZ BRANCO FROITA
LUNS 05/11/2018	MARTES 06/11/2018	MÉRCORES 07/11/2018	XOVES 08/11/2018	VENRES 09/11/2018
CREMA DE CENORIA	LENTELLAS CON CENORIAS	SOPA DE VERDURAS	FABAS CON CABAZA	XUDIAS CON OVO
TORTILLA FRANCESA	PALOMETA A ROMANA	MACARRONS CON TOMATE E ATÚN	PESCADA EN SALSA VERDE CON CHÍCHAROS	ROLIÑO PRIMAVERA
MACARRONS SALTEADOS	ENSALADA			PATACA COCIDA
IOGUR	FROITA	IOGUR	PIÑA NO SEU ZUME	FROITA
LUNS 12/11/2018	MARTES 13/11/2018	MÉRCORES 14/11/2018	XOVES 15/11/2018	VENRES 16/11/2018
ENSALADA DE GARAVANZOS	CREMA DE ESPINACAS	SOPA DO DIA	COLIFLOR CON BECHAMEL	ESPIRAIS GRATINADOS
BACALLAO A GALEGA	CANELONS DE ATUN	PESCADA O FORNO	TORTILLA DE PATACA	SALMON EN SALSA CON VERDURAS
PATACA PANADEIRA	ARROZ BRANCO	REPOLO E PATACA	ENSALADA	
FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA
LUNS 19/11/2018	MARTES 20/11/2018	MÉRCORES 21/11/2018	XOVES 22/11/2018	VENRES 23/11/2018
CREMA DE CABAZA	GARAVANZOS CON VERDURAS	SOPA HORTELANA	FABAS ESTUFADAS	MINESTRA SALTEADA
TORTILLA DE PATACA	RAPE O CURRY CON PATACAS	ROLIÑO PRIMAVERA	PESCADA O FORNO	MACARRONS CON TOMATE E ATÚN
ENSALADA		ARROZ BRANCO	LEITUGA E TOMATE	
IOGUR	FROITA	IOGUR ECOLÓXICO	FROITA	FROITA
LUNS 26/11/2018	MARTES 27/11/2018	MÉRCORES 28/11/2018	XOVES 29/11/2018	VENRES 30/11/2018
LENTELLAS VEXETAIS	ENSALADA CON ESPINACAS FRESCAS	TALLARINS CON CHAMPINONS	CREMA DE PORROS	SOPA DE CABELLIN
FILETE DE PESCADA A ROMANA	ROLIÑO PRIMAVERA	SALMON O FORNO	TORTILLA DE PATACA	BACALLAO O FORNO
ENSALADA	PURÉ DE PATACA	PISTO DE VERDURAS	TOMATE	PURÉ DE CENORIA
FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR	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.