

NOVEMBRO

SEN OVO


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 XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS 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 REFOGADAS
TAQUÍÑO DE PAVO GUISADO	PALOMETA	TENREIRA ESTUFADA	PESCADA EN SALSA VERDE	POLLO AL AJILLO
MACARRONS	ENSALADA	ARROZ BRANCO	CHÍCHAROS	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 DE PASTA	COLIFLOR O VAPOR	MACARRONS CON TOMATE
BACALLAO A GALEGA	POLO ASADO	REPOLO CON PATACAS, FABAS E CHOURIZO	LOMBO ASADO EN SALSA	SALMON EN SALSA
PATACA PANADEIRA	ARROZ BRANCO		ENSALADA	VERDURAS
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 VEXETAIS	MINESTRA SALTEADA
LOMBO ASADO	RAPE O FORNO	POLO O CHILINDRON	PESCADA O FORNO	TENREIRA GUISADA
ENSALADA	PATACA COCIDA	ARROZ BRANCO	LEITUGA E TOMATE	MACARRONS
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 A CASEIRA	ENSALADA CON ESPINACAS FRESCAS	MACARRONS CON TOMATE	CREMA DE PORROS	SOPA DE PASTA
FILETE DE PESCADA	ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS E CHÍCHAROS	SALMON O FORNO	LOMBO ASADO	REPOLO, GARAVANZOS, PATACAS E CHOURIZO
ENSALADA		PISTO DE VERDURAS	TOMATE	
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.