

FEBREIRO

LAXANTE


**ARUME**  
 COCINAMOS PARA TI

LUNS 01/02/2021	MARTES 02/02/2021	MÉRCORES 03/02/2021	XOVES 04/02/2021	VENRES 05/02/2021
CREMA DE ESPINACAS	FABAS VEXETAIS	XUDIAS CON TOMATE	MACARRONS INTEGRAIS CON CHAMPIÑONS	CREMA DE PORROS
TENREIRA GUISADA	PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL	GUISO DE CARNE	SALMON O FORNO	POLO O ALLO
MACARRONS INTEGRAIS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS		PISTO DE VERDURAS	ARROZ INTEGRAL
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR
LUNS 08/02/2021	MARTES 09/02/2021	MÉRCORES 10/02/2021	XOVES 11/02/2021	VENRES 12/02/2021
BROCOLI A SALTEADO	CREMA DE CABACIÑA	CALDO GALEGO	SOPA DE VERDURAS	PISTO
GUISO DE BACALLAO CON PATACAS	TENREIRA ASADA	ATÚN GUISADO	POLO ASADO	COCIDO
	XUDIAS REFOGADAS	MACARRONS INTEGRAIS	PATACA GUISADA	
IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA	FLOR DE CARNAVAL
LUNS 15/02/2021	MARTES 16/02/2021	MÉRCORES 17/02/2021	XOVES 18/02/2021	VENRES 19/02/2021
NON LECTIVO	NON LECTIVO	NON LECTIVO	PISTO	LENTELLAS A CASEIRA
			TORTILLA DE CABACIÑA	XURELO A GALEGA
			LEITUGA E TOMATE	PATACAS O VAPOR
			IOGUR	FROITA
LUNS 22/02/2021	MARTES 23/02/2021	MÉRCORES 24/02/2021	XOVES 25/02/2021	VENRES 26/02/2021
CREMA DE VERDURAS	XUDIAS CON CHOURIZO	CREMA DE CABACIÑA	MACARRONS INTEGRAIS SALTEADOS CON CHAMPIÑONS, ALLO E	FABAS VEXETAIS
TAQUÍÑO DE POLO GUISADO	RAPE O FORNO	ALBÓNDEGAS	BACALLAO EMPANADO	GUISO DE CARNE
MACARRONS INTEGRAIS	ARROZ INTEGRAL	PISTO DE VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA E MILLO	
FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR	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