

XANEIRO

SEN PEIXE



ARUME

COCINAMOS PARA TI

LUNS 04/01/2021	MARTES 05/01/2021	MÉRCORES 06/01/2021	XOVES 07/01/2021	VENRES 08/01/2021
				CALDO DE REPOLO, PORRO, CENORIA E ESPINACAS
				XAMÓN ASADO
				PATACA COCIDA
				FROITA
LUNS 11/01/2021	MARTES 12/01/2021	MÉRCORES 13/01/2021	XOVES 14/01/2021	VENRES 15/01/2021
ARROZ TRES DELICIAS	CREMA DE CABAZA	LENTELLAS CON VERDURAS	XUDIAS REFOGADAS	FABAS CON CABAZA
FILETE RUSO EN SALSA DE TOMATE	TAQUIÑO DE PAVO GUISADO CON MACARRONS	TORTILLA FRANCESA	XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO	LOMBO ASADO
PURÉ DE PATACA		PATACA COCIDA	LEITUGA E TOMATE	CHÍCHAROS E PATACAS
FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA
LUNS 18/01/2021	MARTES 19/01/2021	MÉRCORES 20/01/2021	XOVES 21/01/2021	VENRES 22/01/2021
SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS	CREMA DE BROCOLI E CENORIA	ESPIRAIS O FORNO	COLIFLOR A GALEGA
TENREIRA ESTUFADA CON ARROZ	LOMBO EN SALSA	PAVO GUISADO CON PATACAS	TENREIRA ASADA	TORTILLA DE PATACA
	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS		VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS
IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA
LUNS 25/01/2021	MARTES 26/01/2021	MÉRCORES 27/01/2021	XOVES 28/01/2021	VENRES 29/01/2021
ENSALADA TROPICAL	SOPA VEXETAL	GARAVANZOS CON VERDURAS	MINESTRA SALTEADA	LENTELLAS A CASEIRA
LOMBO O FORNO	ALBONDEGAS EN SALSA	TORTILLA FRANCESA	POLO O CHILINDRON	LOMBO EN SALSA
MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL	ARROZ PILAF	PATACA O VAPOR	ARROZ BRANCO	LEITUGA, ESPARRAGOS E CENORIA
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	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.

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro  
Técnico Superior en Dietética y Nutrición  
DNI.: 53172340 C