

SETEMBRO

SEN FRUCTOSA



**ARUME**  
COCINAMOS PARA TI

LUNS 07/09/2020	MARTES 08/09/2020	MÉRCORES 09/09/2020	XOVES 10/09/2020	VENRES 11/09/2020
			SOPA DO DIA	CODIÑOS SALTEADOS
			XAMÓN ASADO	XAMONCIÑOS DE POLO O FORNO
			PATACAS	PATACA ASADA
			IOGUR NATURAL	IOGUR NATURAL
LUNS 14/09/2020	MARTES 15/09/2020	MÉRCORES 16/09/2020	XOVES 17/09/2020	VENRES 18/09/2020
CREMA DE PATATA	SOPA DO DIA	ARROZ CON ATÚN	SOPA DE PASTA	SOPA DE ARROZ
TENREIRA ASADA	FILETE DE PESCADA O FORNO	PEITUGA DE PAVO ASADA	SALMON O FORNO	TORTILLA DE PATACA
ARROZ	PATACA COCIDA	PURE DE PATACA	ESPIRAIS SALTEADOS	
IOGUR NATURAL	IOGUR NATURAL	IOGUR NATURAL	IOGUR NATURAL	IOGUR NATURAL
LUNS 21/09/2020	MARTES 22/09/2020	MÉRCORES 23/09/2020	XOVES 24/09/2020	VENRES 25/09/2020
MACARRONS SALTEADOS	SOPA DE PASTA	CODIÑOS SALTEADOS	SOPA DE ARROZ	SOPA DE CABELLIN
LOMBO ASADO	XAMON ASADO NO SEU ZUME	FILETE DE PESCADA A PRANCHA	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	PEZ PAO O FORNO
PATACA ASADA	ARROZ	PATACAS O VAPOR	PATACAS ASADAS	ARROZ
IOGUR NATURAL	IOGUR NATURAL	IOGUR NATURAL	IOGUR NATURAL	IOGUR NATURAL
LUNS 28/09/2020	MARTES 29/09/2020	MÉRCORES 30/09/2020	XOVES 01/10/2020	VENRES 02/10/2020
CREMA DE PATATA	SOPA DE ARROZ	SOPA DO DIA		
TENREIRA ASADA	PESCADA O FORNO	XAMON ASADO		
FIDEOS	PATACA O VAPOR	ARROZ		
IOGUR NATURAL	IOGUR NATURAL	IOGUR NATURAL		



**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.  
Se desexa consultar o menú online visite: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)