



SEN OVO

## XANEIRO 2024



LUNS

08/01/2024

LENTELLAS VEXETAIS

PUCHERO DE POLO CON PATACAS

FROITA

MARTES

09/01/2024

BROCOLI A CASEIRA

ALBÓNDEGAS

MACARRONS

FROITA

MÉRCORES

10/01/2024

FABADA

GALLO SAN PEDRO O FORNO

LEITUGA E TOMATE

IOGUR

XOVES

11/01/2024

CREMA DE CABACIÑA

LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS

ARROZ BRANCO

FROITA

VENRES

12/01/2024

PASTA A NAPOLITANA

PESCADA O FORNO

PATACA COCIDA

IOGUR

Semana 1

15/01/2024

CREMA CAMPERA

BOLOÑESA VEXETAL

MACARRONS

FROITA

16/01/2024

POTAXE DE GARAVANZOS

PESCADA EN SALSA VERDE

PATACA O VAPOR CON PEREXIL

IOGUR

17/01/2024

MINESTRA

POLO O ALLO

ARROZ BRANCO

FROITA

18/01/2024

SOPA DE PASTA

XARDA A MARIÑEIRA

BROCOLI CON CENORIA

IOGUR

19/01/2024

LENTELLAS A CASEIRA

LOMBO ASADO

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

Semana 2

22/01/2024

CALDO GALEGO

TAQUIÑO DE POLO GUISADO

MACARRONS

IOGUR

23/01/2024

SOPA DE VERDURAS CON FIDEO

LOMBO ASADO

PATACA GUISADA

FROITA

24/01/2024

FABAS VEXETAIS

GUISO DE BACALLAO CON PATACAS

IOGUR

25/01/2024

CREMA DE CABAZA E CABACIÑA

TENREIRA GOVERNADA CON ARROZ

FROITA

26/01/2024

XUDIAS CON ALLADA

FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA

ENSALADA

FROITA

Semana 3

29/01/2024

CREMA DE CABAZA

PESCADA EN SALSA DE ALBAHACA

PATACA O VAPOR

FROITA

30/01/2024

LENTELLAS VEXETAIS

TENREIRA ASADA EN SALSA

TOMATE NATURAL

FROITA

31/01/2024

CREMA DE CENORIA

PAELLA DE PAVO CON VERDURAS

IOGUR

01/02/2024

01/02/2024

02/02/2024

Semana 4

Garante que estos menús fueron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial de Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade. Se desexa consultar o menú online visita: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)

