



SEN LACTOSA-PROTEINA DO LEITE

DECEMBRO 2021



Semana 1

LUNS

29/11/2021

MARTES

30/11/2021

MÉRCORES

01/12/2021

XOVES

02/12/2021

VENRES

03/12/2021

TALLARINA A NAPOLITANA

CALDO GALEGO

ARROZ TRES DELICIAS

XAMÓN ASADO EN SALSA

PESCADA A GALEGA

TORTILLA DE CABACIÑA

PURÉ DE PATACA

BROCOLI CON CENORIA

TOMATE NATURAL

IOGUR DE SOIA

FROITA

IOGUR DE SOIA

Semana 2

06/12/2021

07/12/2021

08/12/2021

09/12/2021

10/12/2021

FESTIVO

CALDO VEXETAL

FABAS CON CHOURIZO

SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA

LOMBO ASADO

FESTIVO

XURELO O FORNO

TENREIRA EN SALSA DE CENORIA CON PATACAS

PATACA ASADA

PATACA O VAPOR

FROITA

FROITA

FROITA

Semana 3

13/12/2021

14/12/2021

15/12/2021

16/12/2021

17/12/2021

SOPA DE ESTRELIÑAS

ESPAGUETTIS CON TOMATE

LENTELLAS A CASEIRA

XUDIAS CON ALLADA

CREMA DE CENORIA E BROCOLI

ATÚN GUISADO

XAMÓN ASADO EN SALSA

FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA CON ALLO E PEREXIL

PAELLA DE PAVO CON VERDURAS

TORTILLA DE PATACA

FIDEOS

XARDIÑEIRA

LEITUGA E TOMATE

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

IOGUR DE SOIA

FROITA

FROITA

IOGUR DE SOIA

FROITA

Semana 4

20/12/2021

21/12/2021

22/12/2021

23/12/2021

24/12/2021

CREMA DE CABACIÑA

SOPA DE ESTRELIÑAS

LOMBO ASADO

POLO ASADO A LARANXA

CODIÑOS SALTEADOS

ARROZ BRANCO

FROITA

POSTRE DE SOIA DE CHOCOLATE

Garante que estos menús fueron 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 desexas consultar o menú online visita: www.arumeservicios.com

