



# SEN FROITOS SECOS

## DECEMBRO 2021



LUNS

29/11/2021

MARTES

30/11/2021

MÉRCORES

01/12/2021

XOVES

02/12/2021

VENRES

03/12/2021

Semana 1

TALLARINS A NAPOLITANA

CALDO GALEGO

ARROZ TRES DELICIAS

ALBONDEGAS EN SALSA

MERLUZA CON ALLADA

TORTILLA DE CABACIÑA

PURÉ DE PATACA

BROCOLI E CENORIA

TOMATE NATURAL

IOGUR

FROITA

IOGUR

06/12/2021

07/12/2021

08/12/2021

09/12/2021

10/12/2021

Semana 2

CALDO VEXETAL

FABAS CON CHOURIZO

SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA

FESTIVO

LOMBO NATURAL ADUBADO

FESTIVO

XURELO O FORNO

ASADO DE TENREIRA EN SALSA DE CENORIAS CON PATACAS

PATACAS ASADAS

PATACAS O VAPOR

FROITA

FROITA

FROITA

13/12/2021

14/12/2021

15/12/2021

16/12/2021

17/12/2021

Semana 3

SOPA DE ESTRELIÑAS

ESPAGUETTIS CON TOMATE

LENTELLAS A CASEIRA

XUDIAS CON ALLADA

CREMA DE BROCOLI E CENORIA

ATÚN GUISADO CON FIDEOS

FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA

PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL

PAELLA DE PAVO CON VERDURAS

TORTILLA DE PATACA

XARDIÑEIRA

LEITUGA E TOMATE

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

IOGUR

FROITA

FROITA

IOGUR

FROITA

20/12/2021

21/12/2021

22/12/2021

23/12/2021

24/12/2021

Semana 4

CREMA DE CABACIÑA

SOPA DE ESTRELIÑAS

LOMBO ADUBADO O FORNO

POLO ASADO A LARANXA

CODIÑOS SALTEADOS

ARROZ BRANCO

FROITA

MOUSSE DE CHOCOLATE

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 desexas consultar o menú online visita: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)

