

DECEMBRO

SEN LEGUMINOSAS



ARUME  
COCINAMOS PARA TI

LUNS 30/11/2020	MARTES 01/12/2020	MÉRCORES 02/12/2020	XOVES 03/12/2020	VENRES 04/12/2020
	CREMA DE PORROS	SOPA DE CABELLIN	BROCOLI REFOGADO	CREMA DE VERDURAS
	POLO O ALLO	GUISO DE CARNE	PEITUGA DE PAVO ASADA	PESCADA O FORNO
	ARROZ BRANCO		ARROZ BRANCO	FIDEOS
	FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR
LUNS 07/12/2020	MARTES 08/12/2020	MÉRCORES 09/12/2020	XOVES 10/12/2020	VENRES 11/12/2020
NON LECTIVO	FESTIVO	ENSALADA PRIMAVERA CON OVO	CREMA DE CABACIÑA	CREMA DE CABACIÑA
		RAPE O FORNO	TENREIRA EN SALSA DE CENORIA CON PATACAS	PESCADA O FORNO
		PATACA COCIDA		ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS
		FROITA	IOGUR	FROITA
LUNS 14/12/2020	MARTES 15/12/2020	MÉRCORES 16/12/2020	XOVES 17/12/2020	VENRES 18/12/2020
SOPA DE ESTRELIÑAS	BROCOLI A SALTEADO	CREMA DE VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA, PEMENTO MORRON, MILLO E CENORIA	CREMA DE BROCOLI E CENORIA
TORTILLA DE CABACIÑA	XURELO A GALEGA	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	RAPE O FORNO	LOMBO ASADO
LEITUGA E TOMATE	PATACAS O VAPOR	MACARRONS SALTEADOS	ARROZ BRANCO	PATACA COCIDA
IOGUR	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
LUNS 21/12/2020	MARTES 22/12/2020	MÉRCORES 23/12/2020	XOVES 24/12/2020	VENRES 25/12/2020
MACARRONS SALTEADOS CON CHAMPIÑONS, ALLO E PEREJIL	SOPA DE PASTA			
MARUCA O FORNO	PEITUGA DE POLO ENFARIÑADA			
ENSALADA DE LEITUGA E MILLO	PATACA ASADA			
FROITA	CHOCOLATINA			



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