



# SEN PORCO

## MAIO 2023



LUNS

01/05/2023

FESTIVO

MARTES

02/05/2023

CREMA DE CENORIA

BACALLAO ESTUFADO CON PATACAS

IOGUR

MÉRCORES

03/05/2023

XUDIAS CON ALLADA

POLO O ALLO

ARROZ BRANCO

FROITA

XOVES

04/05/2023

PASTA SALTEADA CON VERDURAS

PESCADA A ROMANA

ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E OLIVAS

IOGUR

VENRES

05/05/2023

GARAVANZOS CON ESPINACAS

TORTILLA FRANCESA

PATACA GUISADA

FROITA

Semana 1

08/05/2023

CHÍCHAROS SALTEADOS

PESCADA A MARIÑEIRA

PATACAS O VAPOR

IOGUR

09/05/2023

CREMA DE VERDURAS

TORTILLA DE PATACA

TOMATE NATURAL

FROITA

10/05/2023

LENTELLAS VEXETAIS

XURELO EN SALSA DE LIMÓN

ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E MILLO

IOGUR

11/05/2023

SOPA DE ESTRELIÑAS

POLO O CHILINDRON

ARROZ BRANCO

FROITA

12/05/2023

ENSALADA PRIMAVERA

ESTUFADO DE TENREIRA A XARDIÑEIRA

FROITA

Semana 2

15/05/2023

CREMA DE CABACIÑA

TORTILLA FRANCESA

ARROZ CON VERDURAS

IOGUR

16/05/2023

ENSALADA CON GARAVANZOS

GALLO SAN PEDRO O FORNO

PATACAS ASADAS

FROITA

17/05/2023

FESTIVO

18/05/2023

FABAS VEXETAIS

TORTILLA DE ATÚN

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

19/05/2023

SOPA DE VERDURAS CON CABELLIN

PUCHERO DE POLO CON PATACAS

IOGUR

Semana 3

22/05/2023

POTAXE DE LENTELLAS

FIDEOS CON ATÚN GUISADO

FROITA

23/05/2023

CREMA DE VERDURAS

TORTILLA FRANCESA

PATACA COCIDA

FROITA

24/05/2023

ESPGUETTIS CON TOMATE

PESCADA O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS

IOGUR

25/05/2023

MINESTRA

POLO ASADO

ARROZ BRANCO

FROITA

26/05/2023

XUDIAS CON ALLADA

MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL

IOGUR

Semana 4

29/05/2023

SOPA DE FIDEOS

TENREIRA ASADA EN SALSA

XARDIÑEIRA

IOGUR

30/05/2023

ENSALADA COMPLETA

GUISO DE CALAMARES CON PATACAS

FROITA

31/05/2023

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

PASTA SALTEADA

IOGUR

01/06/2023

02/06/2023

Semana 5

Garante que estas 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)

