



## FÁCIL MASTICACIÓN

### SETEMBRO 2023



LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

11/09/2023

12/09/2023

13/09/2023

14/09/2023

15/09/2023

CREMA DE CENORIA

CALDO DE REPOLO

POTAXE DE LENTELLAS

CROQUETAS

XUDIAS REFOGADAS

MACARRONS CON TOMATE E ATÚN

FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA

PESCADA A MARIÑEIRA

XURELO O FORNO

TORTILLA DE ATÚN

ARROZ BRANCO

PATACAS O VAPOR

PATACA COCIDA

-

IOGUR

IOGUR

IOGUR

IOGUR

IOGUR

18/09/2023

19/09/2023

20/09/2023

21/09/2023

22/09/2023

CREMA DE CABAZA

MACARRONS SALTEADOS

SOPA DE FIDEOS

GARAVANZOS CON VERDURAS

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

ROLIÑO PRIMAVERA

PESCADA A GALEGA

TORTILLA DE PATACA

GALLO SAN PEDRO O FORNO

XURELO O FORNO

PATACA ASADA

BRÓCOLI

-

PATACA ASADA

ARROZ BRANCO

IOGUR

IOGUR

IOGUR

IOGUR

IOGUR

25/09/2023

26/09/2023

27/09/2023

28/09/2023

29/09/2023

BROCOLI A CASEIRA

MINESTRA

CREMA DE CABACIÑA

LENTELLAS A CASEIRA

SOPA DE FIDEOS

FILETE DE MERLUZA EN SALSA DE LIMON

MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL

TORTILLA FRANCESA

XURELO O FORNO

FILETE RUSO

PATACA O VAPOR

ARROZ BRANCO

CODIÑOS SALTEADOS

PATACA GUISADA

IOGUR

IOGUR

IOGUR

IOGUR

IOGUR

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 desexa consultar o menú online visite: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)

