

XANEIRO

SEN PORCO



ARUME

COCINAMOS PARA TI

LUNS 04/01/2021	MARTES 05/01/2021	MÉRCORES 06/01/2021	XOVES 07/01/2021	VENRES 08/01/2021
				ARROZ TRES DELICIAS XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA FROITA
LUNS 11/01/2021	MARTES 12/01/2021	MÉRCORES 13/01/2021	XOVES 14/01/2021	VENRES 15/01/2021
CREMA DE CABAZA TAQUIÑO DE PAVO GUISADO CON MACARRONS FROITA	LENTELLAS CON VERDURAS PESCADA A GALEGA PATACAS COCIDAS IOGUR	XUDIAS REFOGADAS XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO LEITUGA E TOMATE FROITA	FABAS CON CABAZA XURELO EN SALSA VERDE CHÍCHAROS CON PATACAS IOGUR	SOPA DE VERDURAS TENREIRA ESTUFADA CON ARROZ FROITA
LUNS 18/01/2021	MARTES 19/01/2021	MÉRCORES 20/01/2021	XOVES 21/01/2021	VENRES 22/01/2021
GARAVANZOS CON ESPINACAS FILETE DE PESCADA A ROMANA ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS IOGUR	CREMA DE BROCOLI E CENORIA PAVO GUISADO CON PATACAS FROITA	ESPIRAIS O FORNO SALMON EN SALSA VERDURAS IOGUR ECOLÓXICO	COLIFLOR A GALEGA TORTILLA DE PATACA ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS FROITA	ENSALADA TROPICAL RAPE O FORNO MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL FROITA
LUNS 25/01/2021	MARTES 26/01/2021	MÉRCORES 27/01/2021	XOVES 28/01/2021	VENRES 29/01/2021
SOPA VEXETAL PEITUGA DE PAVO ASADA ARROZ BRANCO FROITA	GARAVANZOS CON VERDURAS PESCADA A MARIÑEIRA PATACAS O VAPOR IOGUR	MINESTRA SALTEADA POLO O CHILINDRON ARROZ BRANCO FROITA	LENTELLAS A CASEIRA FOGONEIRO EN SALSA DE CABAZA LEITUGA, ESPARRAGOS E CENORIA FROITA	CREMA DE CENORIA TENREIRA GUISADA CON FIDEOS IOGUR



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