



ESCOLA INFANTIL

XUÑO 2024



LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

03/06/2024

04/06/2024

05/06/2024

06/06/2024

07/06/2024

CALDO VEXETAL

CREMA DE CABACIÑA

MINESTRA SALTEADA

CODIÑOS CON ALLO E PEREXIL

LENTELLAS ESTUFADAS

TENREIRA GOVERNADA CON ARROZ

TORTILLA DE ATÚN

ESTUFADO DE PORCO CON CHAMPIÑONS

PESCADA A GALEGA

XAMONCIÑOS DE POLO O FORNO

FROITA

IOGUR

FROITA

IOGUR

FROITA

Vaso de leite, cereais de arroz inflado, Zume de laranxa natural

Vaso de leite, pan integral con aceite de oliva e peituga de pavo. Zume de laranxa natural

Vaso de leite, cereais con mel. Froita

Vaso de leite, bolechas tipo maria con marmelada e manteiga. Froita

Vaso de leite. Tostas de xamón serrano. Froita

Xudias verdes con dados de tenreira

Brocoli salteado con bacallao e pataca

Lasaña de peixe e espinacas

Lombo asado con xardiñeira de verduras e patacas

Tortilla de francesa con patacas e verduras

Lácteo

Froita

Lácteo

Froita

Lácteo

10/06/2024

11/06/2024

12/06/2024

13/06/2024

14/06/2024

SOPA DE CABELLIN

GARAVANZOS CON VERDURAS

ENSALADILLA CON OVO RELADO

CREMA CAMPEIRA

TALLARINS CON TOMATE

FILETE DE PESCADA EN SALSA DE TOMATE E ALBAHACA

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

FIDEUA DE POLO

TORTILLA DE PATACA

XARDA A MARIÑEIRA

ARROZ CON VERDURAS

ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA, MILLO E CENORIA

BRECOL E CENORIA

IOGUR

FROITA

FROITA

IOGUR

FROITA

Vaso de leite, cereais de avena e froita

Iogur natural, pan tostado con tomate e aceite de oliva. Froita

Vaso de leite, bolachas tipo maria. Zume de laranxa natural

Vaso de leite, pan con xamon serrano. Froita

Vaso de leite, pan con aceite de oliva e queixo fresco. Froita

Ensalada de polo

Rapante con patacas e bastonciños de cabaciña

Salmón o forno con salteado de verduras e patacas

Verduras guisadas con dados de lombo

Tortilla de berenxena con ensalada de tomate

Froita

Lácteo

Lácteo

Froita

Lácteo

17/06/2024

18/06/2024

19/06/2024

20/06/2024

21/06/2024

CREMA DE CABAZA

SOPA DE VERDURAS

XUDIAS CON ALLADA

CREMA DE VERDURAS

ARROZ TRES DELICIAS

POLO AS FINAS HERBAS

XURELO O FORNO

LOMBO NATURAL ADUBADO

TENREIRA EN SALSA DE CENORIAS CON PATACAS

PESCADA O LIMÓN

PATACAS GUISADAS

MACARRONS SALTEADOS

ARROZ

IOGUR

LEITUGA E MILLO

FROITA

IOGUR

FROITA

IOGUR

FROITA

Vaso de leite, pan integral con aceite de oliva e peituga de pavo. Zume de laranxa natural

Vaso de leite, cereais con mel. Froita

Vaso de leite, pan con multicereais con tomate e aceite de oliva. Froita

Iogur natural, bolachas de avena con plátano. Zume de laranxa natural

Vaso de leite, biscoito caseiro. Froita

Tortilla francesa con ensalada variada

Minestra de verduras con taquiños de tenreira

Fideos con lomo e verduras

Cabaciña rechea de atún

Bacallo a prancha con salteado de cabaciña, berenxena e cenoria

Lácteo

Froita

Lácteo

Froita

Froita

24/06/2024

25/06/2024

26/06/2024

27/06/2024

28/06/2024

FABAS CON CABAZA

CHÍCHAROS CON XAMÓN

POTAXE DE LENTEILLAS

CREMA CAMPEIRA

PASTA SALTEADA CON VERDURAS

XARDA EN SALSA VERDE

ESTUFADO DE PORCO CON FIDEOS

BACALLAO GUISADO CON PATACAS

POLO O CHILINDRON

TORTILLA DE CABACIÑA

PATACAS O VAPOR

ARROZ

TOMATE NATURAL

IOGUR

FROITA

IOGUR

FROITA

IOGUR

Vaso de leite, cereais de arroz inflado, Zume de laranxa natural

Vaso de leite, pan con xamón cocido. Froita

Vaso de leite, bolechas tipo maria con marmelada e manteiga. Froita

Vaso de leite. Tostas de xamón serrano. Froita

Vaso de leite con biscoito caseiro. Froita

Xudias verdes con dados de lombo

Ensalada de atún e pataca cocida

Lasaña de espinacas e champiñons

Brocoli salteado con salmón e pataca

Minestra de verduras con taquiños de tenreira

Froita

Lácteo

Froita

Lácteo

Froita

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

