



MENÚ ESCOLAR

MAIO 2022



LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

02/05/2022

03/05/2022

04/05/2022

05/05/2022

06/05/2022

ENSALADA TROPICAL

SOPA DE FIDEOS

CREMA DE CENORIA

ESPIRAIS CON VERDURAS

XUDIAS REFOGADAS

TAQUIÑO DE PAVO CON MACARRONS

PESCADA EN SALSA DE CEDEIRESA

TORTILLA DE PATACA

GARAVANZOS CON BACALLAO

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

PATACAS O VAPOR

ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE

IOGUR

FROITA

FROITA

IOGUR

FROITA

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

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

Ensalada de atún e pataca cocida

Taquiños de tenreira con verduras

Chicharos con dados de polo e quinoa

Verduras guisadas con dados de lombo

Lasaña de peixe e espinacas

FROITA

LÁCTEO

LÁCTEO

FROITA

LÁCTEO

09/05/2022

10/05/2022

11/05/2022

12/05/2022

13/05/2022

POTAXE DE LENTELLAS

CREMA DE CABAZA

SOPA DE ESTRELIÑAS

ENSALADILLA

ESPAGUETTIS CON VERDURAS

FILETE DE PESCADA A MARIÑEIRA

ALBONDEGAS EN SALSA DE TOMATE

POLO O CHILINDRON

FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA

XARDA EN SALSA DE LIMON

PATACAS O VAPOR

MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL

VERDURIÑAS

ARROZ

ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS

FROITA

IOGUR

FROITA

IOGUR

FROITA

16/05/2022

17/05/2022

18/05/2022

19/05/2022

20/05/2022

NON LECTIVO

FESTIVO

TENREIRA GOVERNADA CON ARROZ

SOPA DE FIDEOS

COLIFLOR A GALEGA

TORTILLA DE ATÚN

PUCHERO DE PAVO CON PATACAS

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

IOGUR

FROITA

FROITA

23/05/2022

24/05/2022

25/05/2022

26/05/2022

27/05/2022

LENTELLAS CON CHOURIZO
CALDERETA DE TENREIRA CON FIDEOS

ENSALADA ITALIANA
ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS

XUDIAS CON ALLADA
MACARRONS A BOLOÑESA

FABAS ESTUFADAS
FILETE DE PESCADILLA A ROMANA
ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS VERDES

CREMA DE VERDURAS
PAELLA MIXTA DE PEIXE, POLO E CALAMARES

IOGUR

FROITA

FROITA

FROITA



DÍA NACIONAL DO CELÍACO

IOGUR

30/05/2022

31/05/2022

01/06/2022

02/06/2022

03/06/2022

CREMA DE CABACIÑA

ENSALADA DE GARAVANZOS

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

RABAS

PATACA O FORNO

ARROZ

FROITA

FROITA

Garante que estos menús foron planificados segundo os principios dietéticos-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.anumeservicios.com

