

MAIO

MARISTAS
DIETA



ARUME

COCINAMOS PARA TI

LUNS	MARTES 01/05/2018	MÉRCORES 02/05/2018	XOVES 03/05/2018	VENRES 04/05/2018
	FESTIVO	CREMA DE CENORIA FILETE DE TENREIRA Á PRANCHA PATACAS Ó VAPOR FROITA DE TEMPADA	PASTA SALTEADA PESCADA Á PRANCHA BRÓCOLI Á CASEIRA IOGUR	ENSALADA DE TOMATE PEITUGA DE PAVO Á PRANCHA ARROZ FROITA DE TEMPADA
LUNS 07/05/2018	MARTES 08/05/2018	MÉRCORES 09/05/2018	XOVES 10/05/2018	VENRES 11/05/2018
SOPA DE PASTA ENSALADA TROPICAL TENREIRA COCIDA PATACA E CENORIA XELATINA	PASTA SALTEADA BACALLAU Á PRANCHA ENSALADA FROITA DE TEMPADA	CREMA DE VERDURAS FILETE DE PORCO Á PRANCHA ARROZ IOGUR	REVOLTO DE ESPINACAS RAIA COCIDA PATACA COCIDA FROITA DE TEMPADA	CONSUMÉ POLO ASADO PASTA SALTEADA FROITA DE TEMPADA
LUNS 14/05/2018	MARTES 15/05/2018	MÉRCORES 16/05/2018	XOVES 17/05/2018	VENRES 18/05/2018
MINISTRA REFOGADA COSTELETA Á PRANCHA ARROZ IOGUR	CHAMPIÑÓNS Ó ALLO PALOMETA Á PRANCHA PATACAS Ó VAPOR FROITA DE TEMPADA	SOPA DE AVE PEITUGA D EPAVO Á PRANCHA VERDURIÑAS SALTEADAS IOGUR	FESTIVO	TORTILLA FRANCESA RAPANTE Á PRANCHA ENSALADA FROITA DE TEMPADA
LUNS 21/05/2018	MARTES 22/05/2018	MÉRCORES 23/05/2018	XOVES 24/05/2018	VENRES 25/05/2018
CREMA VEXETAL PESCADA Á PRANCHA TALLARINS SALTEADOS IOGUR	XUDIÁS REFOGADAS TORTILLA FRANCESA ENSALADA FROITA DE TEMPADA	RECEITAS CON HISTORIA 	ENSALADA DE XAMÓN IORK SALMÓN Á PRANCHA PATACAS Ó VAPOR IOGUR ECOLÓXICO	ARROZ 3 DELICIAS PEITUGA Á PRANCHA TOMATE Ó FORNO FROITA DE TEMPADA
LUNS 28/05/2018	MARTES 29/05/2018	MÉRCORES 30/05/2018	XOVES 31/05/2018	VENRES
ENSALADILLA RAXO PATACA Ó VAPOR IOGUR	MACARRÓNS SALTEADOS PESCADA Á PRANCHA MINISTRA FROITA DE TEMPADA	SOPA DE VERDURAS PEITUGA DE POLO Á PRANCHA ARROZ FROITA DE TEMPADA	ENSALADA TRICOLOR TENREIRA ASADA PATACA ASADA 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.