



ARUME

COCINAMOS PARA TI



TINTUREIRA

MAIO 2018 MÉRCORES 2

LUNS

MARTES 1

XOVES 3

VENRES 4

ENSALADA RUSA
POLO Á PRANCHA
PATACAS FRITAS
FROITA

ESPAGUETI CON TOMATE
PEIXE
ENSALADA
XEADO

CHÍCHAROS CON XAMÓN
OVOS RECHEOS
ARROZ BRANCO
IOGUR

Para o almorzo aconsellámoste

CEREAIS+LEITE+ZUME

LEITE CON BISCOITO

GALLETAS+IOGUR+FROITA

E para cea

VARIÑAS DE PESCADA
LÁCTEO

XAMÓN ASADO C/ MENESTRA
FROITA

FILETE Á PLANCHA C/ ENSALADA
FROITA

LUNS 7

MARTES 8

MÉRCORES 9

XOVES 10

VENRES 11

SOPA DO DÍA
TORTILLA DE PATACAS
ENSALADA
FROITA

CREMA DE CABACIÑO
XARRETE DE TERNEIRA
CON PASTA
FROITA

XUDÍAS CON OVO
PAVO
PATACAS FRITAS
IOGUR

ESPAGUETI CON TOMATE
PEIXE
ENSALADA
XEADO

ARROZ CON VERDURAS
PANINIS
FROITA

Para o almorzo aconsellámoste

LEITE CON BOLLERÍA

GALLETAS+LEITE+FROITA

CEREAIS E LEITE

LEITE CON BISCOITO

CEREAIS+LEITE+ZUME

E para cea

RAPANTE FRITO C/ENSAL.
LÁCTEO

OVOS FRITOS CON TOMATE
LÁCTEO

ARROZ TRES DELICIAS
FROITA

CHULETA PORCO CON PATACAS
FROITA

LURAS Á ROMANA C/ LEITUGA
FROITA

LUNS 14

MARTES 15

MÉRCORES 16

XOVES 17

VENRES 18

CREMA DE CENOURA
MACARRÓNS
CON ATÚN E OVO
FROITA

ENSALADA RUSA
CHURRASCO
PATACAS
IOGUR

SOPA DE PASTA
PAVO Á PRANCHA
BRÉCOL
FROITA

FESTIVO

NON LECTIVO

Para o almorzo aconsellámoste

GALLETAS+LEITE+FROITA

CEREAIS E LEITE

LEITE CON BISCOITO

E para cea

PEITUGA DE POLO C/ PATACAS
LÁCTEO

PEIXE FRITO CON ENSALADA
FROITA

TORTILLA DE QUEIXO C/ LEITUGA
LÁCTEO

LUNS 21

MARTES 22

MÉRCORES 23

XOVES 24

VENRES 25

CREMA DE VERDURAS
BOLIÑOS PREÑADOS
FROITA

COGUMELOS REFOGADOS
XAMÓN ASADO
PATACAS
IOGUR

CALDO GALEGO
EMPANADA DE CARNE
NATILLAS

ESPAGUETI CON TOMATE
PEIXE
ENSALADA
XEADO

MENESTRA DE VERDURA C/ OVO
POLO
ARROZ BRANCO
FROITA

Para o almorzo aconsellámoste

LEITE CON BOLLERÍA

GALLETAS+LEITE+FROITA

CEREAIS E LEITE

LEITE CON BISCOITO

CEREAIS+LEITE+ZUME

E para cea

PEITUGA DE PAVO C/ PATACAS
LÁCTEO

ARROZ TRES DELICIAS
FROITA

POLO ASADO
FROITA

TORTILLA CHOURIZO C/ PATACAS
FROITA

SÁNDWICH VEXETAL CON ATÚN
LÁCTEO

LUNS 28

MARTES 29

MÉRCORES 30

ESTE MES CUMPLIRON

VENRES

LENTELLAS
TORTILLA DE PATACAS
ENSALADA
FROITA

CALDO GALEGO
ALBÓNDEGAS
ARROZ
IOGUR

CREMA DE CENOURA
PEIXE
PATACAS
FROITA

SOPA DE PASTA
CROQUETAS
ENSALADA
ARTA CASEIRA DE CUMPLEANOS

Para o almorzo aconsellámoste

GALLETAS+IOGUR+FROITA

LEITE CON BOLLERÍA

GALLETAS+LEITE+FROITA

CEREAIS E LEITE

E para cea

F. DE PEIXE Á PLANCHA
LÁCTEO

VARIÑAS DE PESCADA
FROITA

LURAS Á ROMANA C/ LEITUGA
LÁCTEO

XAMÓN ASADO C/ MENESTRA
FROITA