



SEN SAL



XANEIRO 2025



LUNS

06/01/2025

MARTES

07/01/2025

MÉRCORES

08/01/2025

XOVES

09/01/2025

VENRES

10/01/2025

Semana 1

SOPA DE VERDURAS CON ESTRELIÑAS

TORTILLA DE PATATA

ESPIRAIS SALTEADOS

POLO ASADO

ARROZ TRES DELICIAS

PESCADA A GALEGA

PATACAS ESTUFADAS

BROCOLI CON CENORIA

FROITA

IOGUR DE CHOCOLATE

FROITA

13/01/2025

14/01/2025

15/01/2025

16/01/2025

17/01/2025

CREMA DE CABAZA

LENTELLAS VEXETAIS

CREMA DE CABACIÑA

CALDO DE REPOLO

GARAVANZOS CON ESPINACAS

TENREIRA GOVERNADA CON ARROZ

FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA

XAMÓN ASADO

POLO ESTUFADO CON PATACAS

XARDA CON ALLADA

LEITUGA E TOMATE

MACARRONS SALTEADOS

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

IOGUR

FROITA

FROITA

IOGUR

Semana 2

20/01/2025

21/01/2025

22/01/2025

23/01/2025

24/01/2025

SOPA DE PIÑONS

TORTILLA DE PATATA

XUDIAS CON ALLADA

LENTELLAS VEXETAIS

CREMA DE CENORIA

GALLO SAN PEDRO O FORNO

FIDEUA DE VERDURAS

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

PESCADA O FORNO

XAMÓN ASADO

PATACA O VAPOR CON PEREXIL

PATACAS ASADAS

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

ARROZ BLANCO

FROITA

IOGUR

FROITA

IOGUR ECOLÓXICO

FROITA

Semana 3

27/01/2025

28/01/2025

29/01/2025

30/01/2025

31/01/2025

GARAVANZOS CON VERDURAS

SOPA DE ESTRELIÑAS

MINESTRA SALTEADA

CREMA CAMPEIRA

FABAS VEXETAIS

XURELO O FORNO

POLO ASADO

PESCADA EN SALSA

TENREIRA ASADA

LOMBO ASADO

FIDEIO

PATACAS ESTUFADAS

CODIÑOS SALTEADOS

XARDIÑEIRA

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FROITA

FROITA

IOGUR

FROITA

IOGUR

Semana 4

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 visítate: www.arumeservicios.com

