



FÁCIL MASTICACIÓN



XANEIRO 2025



LUNS

03/02/2025

SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS

PESCADA EN SALSA DE PORROS

ARROZ BRANCO

IOGUR

MARTES

04/02/2025

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

TORTILLA FRANCESA

PATACA COCIDA

IOGUR

MÉRCORES

05/02/2025

LENTELLAS GUIADAS

XARDA EN SALSA VERDE

CHÍCHAROS CON CENORIAS

IOGUR

XOVES

06/02/2025

TORTILLA DE PATACA

FIDEUA DE VERDURAS

ARROZ BRANCO

IOGUR ECOLÓXICO

VENRES

07/02/2025

CREMA DE CENORIA

ABEXO O FORNO

ARROZ BRANCO

IOGUR

Semana 1

10/02/2025

GARAVANZOS ESTUFADOS

HAMBURGUESA A PRANCHA

PATACA ASADA

IOGUR

11/02/2025

CREMA DE CABACIÑA

BOLOÑESA VEXETAL

MACARRONS

IOGUR

12/02/2025

SOPA DE FIDEOS

XURELO O FORNO

PISTO DE VERDURAS

IOGUR

13/02/2025

SOPA DE VERDURAS CON ESTRELIÑAS

CHEESE FRISBEE

ARROZ BRANCO

IOGUR

14/02/2025

LENTELLAS CON CABAZA

PESCADA A GALEGA

BROCOLI CON PATACA

IOGUR

Semana 2

17/02/2025

XUDIAS CON XAMÓN

MACARRONS CON TOMATE E ATÚN

IOGUR

18/02/2025

SOPA DE CABELLIN

XARDA A MARIÑEIRA

ARROZ BRANCO

IOGUR

19/02/2025

GARAVANZOS CON ESPINACAS

HAMBURGUESA A PRANCHA

PATACA COCIDA

FLAN

20/02/2025

CREMA CAMPEIRA

ABADEXO O FORNO

ARROZ BRANCO

IOGUR

21/02/2025

TORTILLA DE PATACA

FABAS ESTUFADAS

IOGUR

Semana 3

24/02/2025

CALDO DE GLORIA

FILETE DE PESCADA A ROMANA

CODIÑOS SALTEADOS

IOGUR

25/02/2025

SOPA DE FIDEOS

XURELO O FORNO

ARROZ CON VERDURAS

IOGUR

26/02/2025

POTAXE DE LENTELLAS

BACALLAO ESTUFADO CON PATACAS

IOGUR

27/02/2025

CREMA DE CABAZA

ROLIÑO PRIMAVERA

PATACAS ESTUFADAS

IOGUR

28/02/2025

SOPA DE COCIDO

TORTILLA FRANCESA

REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS

PALMERA DE CHOCOLATE

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 visite: www.arumeservicios.com

