



LAXANTE



XANEIRO 2025



LUNS

03/02/2025

SOPA DE VERDURAS

PESCADA EN SALSA

ARROZ INTEGRAL

IOGUR

MARTES

04/02/2025

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

GUIISO DE PORCO CON PATACAS

FROITA

MÉRCORES

05/02/2025

LENTELLAS VEXETAIS

XARDA EN SALSA VERDE

CHÍCHAROS SALTEADOS

FROITA

XOVES

06/02/2025

TORTILLA DE PATACA

PASTA INTEGRAL CON VERDURAS

IOGUR ECOLÓXICO

VENRES

07/02/2025

CREMA DE ESPINACAS

POLO STROGONOFF

ARROZ INTEGRAL

FROITA

Semana 1

10/02/2025

GARAVANZOS ESTUFADOS

GUIISO DE CALAMARES CON PATACAS

FROITA

11/02/2025

CREMA DE CABACIÑA

BOLOÑESA VEXETAL

MACARRONS

IOGUR

12/02/2025

ENSALADA PRIMAVERA

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

PATACA PANADEIRA

FROITA

13/02/2025

REPOLO CON ALLADA

CHEESE FRISBEE

FROITA

14/02/2025

LENTELLAS CON CABAZA

PESCADA A GALEGA

BROCOLI CON PATACA

IOGUR

Semana 2

17/02/2025

XUDIAS CON XAMÓN

XAMONCIÑOS DE POLO O FORNO

PATACAS ASADAS

IOGUR

18/02/2025

SOPA DE VERDURAS

XARDA A MARIÑEIRA

LEITUGA E TOMATE

FROITA

19/02/2025

GARAVANZOS CON ESPINACAS

TENREIRA ASADA

XUDIAS SALTEADAS

FLAN

20/02/2025

CREMA DE CABACIÑA

ABEXO O FORNO

ARROZ INTEGRAL

FROITA

21/02/2025

TORTILLA DE PATACA

FABAS VEXETAIS

FROITA

Semana 3

24/02/2025

CALDO DE GLORIA

PEITUGA DE POLO ENFARIÑADA

MACARRONS

FROITA

25/02/2025

SOPA DE VERDURAS

POLO O ALLO

ARROZ CON VERDURAS

IOGUR

26/02/2025

LENTELLAS VEXETAIS

BACALLAO ESTUFADO CON PATACAS

FROITA

27/02/2025

CREMA DE CABAZA

LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS

PATACAS GUIADAS

IOGUR

28/02/2025

SOPA DE VERDURAS

COCIDO

PALMEIRA DE HOXALDRE

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

