



SEN FROITOS SECOS



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

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

FROITA

MÉRCORES

05/02/2025

LENTELLAS GUIADAS

XARDA EN SALSA VERDE

CHÍCHAROS CON CENORIAS

FROITA

XOVES

06/02/2025

TORTILLA DE PATACA

FIDEUA DE VERDURAS

IOGUR ECOLÓXICO

VENRES

07/02/2025

CREMA DE CENORIA

POLO STROGONOFF

ARROZ BRANCO

FROITA

Semana 1

10/02/2025

GARAVANZOS ESTUFADOS

GUIZO DE CALAMARES CON PATACAS

FROITA

11/02/2025

CREMA DE CABACIÑA

CALDERETA DE TENREIRA

MACARRONS SALTEADOS

IOGUR

12/02/2025

ENSALADA PRIMAVERA

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

PATACA PANADEIRA

FROITA

13/02/2025

SOPA DE VERDURAS CON ESTRELIÑAS

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 CABELLIN

XARDA A MARIÑEIRA

LEITUGA E TOMATE

FROITA

19/02/2025

GARAVANZOS CON ESPINACAS

TENREIRA ESTUFADA CON PATACAS

FLAN

20/02/2025

CREMA CAMPEIRA

ABADEXO O FORNO

ARROZ BRANCO

FROITA

21/02/2025

TORTILLA DE PATACA

FABAS ESTUFADAS

FROITA

Semana 3

24/02/2025

CALDO DE GLORIA

FILETE DE PESCADA A ROMANA

CODIÑOS SALTEADOS

FROITA

25/02/2025

SOPA DE FIDEOS

POLO O ALLO

ARROZ CON VERDURAS

IOGUR

26/02/2025

POTAXE DE LENTELLAS

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 COCIDO

COCIDO

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

