



# SEN SAL



## XANEIRO 2025



Semana 1

LUNS

03/02/2025

SOPA DE VERDURAS CON FIDEO

PESCADA EN SALSA

ARROZ BLANCO

IOGUR

MARTES

04/02/2025

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

FROITA

MÉRCORES

05/02/2025

LENTELLAS VEXETAIS

XARDA EN SALSA VERDE

CHÍCHAROS CON CENORIAS

FROITA

XOVES

06/02/2025

SOPA DE PIÑONS

FIDEUA DE VERDURAS

IOGUR ECOLÓXICO

VENRES

07/02/2025

CREMA DE CENORIA

POLO ASADO

ARROZ BLANCO

FROITA

Semana 2

10/02/2025

GARAVANZOS ESTUFADOS

GUIZO DE CALAMARES CON PATACAS

FROITA

11/02/2025

CREMA DE CABACIÑA

TENREIRA ASADA

MACARRONS SALTEADOS

IOGUR

12/02/2025

ENSALADA PRIMAVERA

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

PATACAS ASADAS

FROITA

13/02/2025

SOPA DE VERDURAS CON ESTRELIÑAS

XAMÓN ASADO

ARROZ BLANCO

FROITA

14/02/2025

LENTELLAS CON CABAZA

PESCADA A GALEGA

BROCOLI CON PATACA

IOGUR

Semana 3

17/02/2025

XUDIAS SALTEADAS

POLO ASADO

PATACAS ASADAS

IOGUR

18/02/2025

SOPA DE CABELLIN

XARDA A MARIÑEIRA

LEITUGA E TOMATE

FROITA

19/02/2025

GARAVANZOS CON ESPINACAS

PUCHERO DE TENREIRA CON PATACAS

FLAN

20/02/2025

CREMA CAMPEIRA

ABADEXO O FORNO

ARROZ BLANCO

FROITA

21/02/2025

REPOLO CON ALLADA

FABAS VEXETAIS

FROITA

Semana 4

24/02/2025

CALDO DE GLORIA

FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA

CODIÑOS SALTEADOS

FROITA

25/02/2025

SOPA DE FIDEOS

POLO ASADO

ARROZ CON VERDURAS

IOGUR

26/02/2025

LENTELLAS VEXETAIS

PESCADA O FORNO

PURÉ DE PATACA

FROITA

27/02/2025

CREMA DE CABAZA

LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS

PATACAS ESTUFADAS

IOGUR

28/02/2025

SOPA DE CABELLIN

POLO ASADO

REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS

CHOCOLATINA

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](http://www.arumeservicios.com)

