



## VERÁN XUÑO 2025



### LUNS

23/06/2025

CHICHAROS CON XAMÓN

ATÚN GUISADO

FIDEOS

IOGUR

Vaso de leite, Cereais de arroz. Zume de laranxa natural

Tenreira asada con pisto de verduras

Froita

### MARTES

24/06/2025

SOPA DE ESTRELIÑAS

TORTILLA DE CABACIÑA

TOMATE FRITO

FROITA

Vaso de leite, Torradas con xamón cocido. Froita fresca

Xudias con magro e pataca cocida

Lácteo

### MÉRCORES

25/06/2025

FABAS CON CABAZA

RAGOUT DE PORCO CON CHAMPIÑONS

IOGUR

Iogur natural. Pan multicereais con tomate e aceite de oliva. Froita fresca

Rapante a prancha con verduras asadas

Froita

### XOVES

26/06/2025

ARROZ TRES DELICIAS

PESCADA O FORNO

XUDIAS

FROITA

Vaso de leite, Galletas tipo María. Zume de laranxa natural

Xardiñeira con peituga de pavo a prancha

Lácteo

### VENRES

27/06/2025

ENSALADA CON GARAVANZOS

PUCHERO DE POLO

FROITA

Vaso de leite, Cereais de avena. Froita fresca

Salmón a prancha quinoa con verduras

Froita

Garante que estos menús foron 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)

