



SEN LEGUMINOSAS



NOVIEMBRE 2025



LUNS

03/11/2025

NON LECTIVO

MARTES

04/11/2025

BROCOLI A CASEIRA

PESCADA EN SALSA

BROCOLI CON CENORIA

FROITA

MÉRCORES

05/11/2025

TORTILLA DE PATACA

PASTA SALTEADA CON VERDURAS E IORK

FROITA

XOVES

06/11/2025

CREMA CAMPEIRA

LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS

ARROZ BRANCO

IOGUR

VENRES

07/11/2025

MACARRONS CON TOMATE

XURELO O FORNO

LEITUGA E TOMATE

FROITA

Semana 1

10/11/2025

ENSALADA COMPLETA

ABADEXO EN SALSA CEDEIRESA

PATACA PANADEIRA

IOGUR

11/11/2025

CREMA DE CABACIÑA

CALDERETA DE TENREIRA

MACARRONS

FROITA

12/11/2025

CALDO VEXETAL

PEITUGA DE POLO

PATACA COCIDA

IOGUR ECOLÓXICO

13/11/2025

HOT POKE

FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA

LEITUGA E TOMATE

FROITA

14/11/2025

CREMA DE CENORIA

XAMON ASADO

PISTO DE VERDURAS

FROITA

Semana 2

17/11/2025

CREMA DE CENORIA

XARDA EN SALSA DE LIMON

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FROITA

18/11/2025

ENSALADA TROPICAL

GUIISO DE PORCO CON PATACAS

IOGUR

19/11/2025

ESPIRAIS A NAPOLITANA CON CHAMPIÑONS

PESCADA O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA

FROITA

20/11/2025

TORTILLA DE PATACA

XAMON ASADO

PATACA COCIDA

FROITA

21/11/2025

SOPA DE VERDURAS CON FIDEO

POLO STROGONOFF

ARROZ BRANCO

IOGUR

Semana 3

24/11/2025

CREMA DE CABACIÑA E CENORIA

ATÚN GUISADO

MACARRONS

FROITA

25/11/2025

PISTO

XAMON ASADO

PURÉ DE PATACA

FROITA

26/11/2025

CREMA DE CABAZA

POLO O CHILINDRON

ARROZ BRANCO

IOGUR

27/11/2025

SOPA DE FIDEOS

LOMBO ASADO

PISTO DE VERDURAS

FROITA

28/11/2025

BROCOLI A CASEIRA

XARDA CON ALLADA

PATACA COCIDA

FLAN

Semana 4

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 visítate: www.arumeservicios.com

