



# SEN PEIXE



## NOVIEMBRE 2025



LUNS

03/11/2025

NON LECTIVO

MARTES

04/11/2025

FABAS ESTUFADAS

POLO ASADO

BROCOLI CON CENORIA

FROITA

MÉRCORES

05/11/2025

TORTILLA DE PATACA

PASTA SALTEADA CON VERDURA E IORK

FROITA

XOVES

06/11/2025

CREMA CAMPEIRA

LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS

ARROZ BRANCO

IOGUR

VENRES

07/11/2025

GARAVANZOS CON ESPINACAS

FILETE RUSO

LEITUGA E TOMATE

FROITA

Semana 1

10/11/2025

ENSALADA COMPLETA

TENREIRA ASADA EN SALSA

PATACA PANADEIRA

IOGUR

11/11/2025

CREMA DE CABACIÑA

BOLOÑESA VEXETAL

MACARRONS

FROITA

12/11/2025

CALDO GALEGO

POLO GUISADO CON PATACAS

IOGUR ECOLÓXICO

13/11/2025

HOT POKE

LOMBO ASADO

LEITUGA E TOMATE

FROITA

14/11/2025

CREMA DE CENORIA

ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE

XARDIÑEIRA

FROITA

Semana 2

17/11/2025

LENTELLAS CON CABAZA

TORTILLA FRANCESA

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FROITA

18/11/2025

ENSALADA TROPICAL

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

IOGUR

19/11/2025

ESPIRAIS A NAPOLITANA CON CHAMPIÑONS

XAMÓN ASADO EN SALSA

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS

FROITA

20/11/2025

TORTILLA DE PATACA

GARAVANZOS CON CHOURIZO

FROITA

21/11/2025

SOPA DE VERDURAS CON ESTRELIÑAS

POLO STROGONOFF

ARROZ BRANCO

IOGUR

Semana 3

24/11/2025

CREMA DE CABACIÑA E CENORIA

CALDERETA DE TENREIRA

FIDEOS

FROITA

25/11/2025

LENTELLAS A CASEIRA CON CHOURIZO

FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA

PURÉ DE PATACA

FROITA

26/11/2025

CREMA DE CABAZA

POLO O CHILINDRON

ARROZ BRANCO

IOGUR

27/11/2025

SOPA DE PIÑONS

LOMBO NATURAL ADUBADO

XARDIÑEIRA

FROITA

28/11/2025

FABAS ESTUFADAS

TORTILLA FRANCESA

PATACAS ESTUFADAS

FLAN

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

