



# SEN SAL



## NOVIEMBRE 2025



LUNS

03/11/2025

NON LECTIVO

MARTES

04/11/2025

FABAS VEXETAIS

PESCADA EN SALSA

BROCOLI CON CENORIA

FROITA

MÉRCORES

05/11/2025

TORTILLA DE PATATA

PASTA SALTEADA CON VERDURAS

FROITA

XOVES

06/11/2025

CREMA CAMPEIRA

LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS

ARROZ BLANCO

IOGUR

VENRES

07/11/2025

GARAVANZOS CON ESPINACAS

XURELO O FORNO

LEITUGA E TOMATE

FROITA

Semana 1

10/11/2025

ENSALADA COMPLETA

ABADEXO EN SALSA CEDEIRESA

PATACAS ASADAS

IOGUR

11/11/2025

CREMA DE CABACIÑA

TENREIRA ASADA

MACARRONS SALTEADOS

FROITA

12/11/2025

CALDO DE REPOLO

POLO GUISADO CON PATACAS

IOGUR ECOLÓXICO

13/11/2025

HOT POKE

FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA

LEITUGA E TOMATE

FROITA

14/11/2025

CREMA DE CENORIA

XAMÓN ASADO

XARDIÑEIRA

FROITA

Semana 2

17/11/2025

LENTELLAS CON CABAZA

XARDA EN SALSA DE LIMON

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FROITA

18/11/2025

ENSALADA TROPICAL

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

IOGUR

19/11/2025

ESPIRAIS SALTEADOS

PESCADA O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA

FROITA

20/11/2025

TORTILLA DE PATATA

GARAVANZOS CON VERDURAS

FROITA

21/11/2025

SOPA DE VERDURAS CON ESTRELIÑAS

POLO ASADO

ARROZ BLANCO

IOGUR

Semana 3

24/11/2025

CREMA DE CABACIÑA E CENORIA

XURELO O FORNO

FIDEO

FROITA

25/11/2025

LENTELLAS VEXETAIS

XAMÓN ASADO

PURÉ DE PATACA

FROITA

26/11/2025

CREMA DE CABAZA

POLO ASADO

ARROZ BLANCO

IOGUR

27/11/2025

SOPA DE PIÑONS

LOMBO ASADO

XARDIÑEIRA

FROITA

28/11/2025

FABAS VEXETAIS

MARMITAKO

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)

