



LAXANTE



XANEIRO 2026



LUNS

05/01/2026

NON LECTIVO

MARTES

06/01/2026

FESTIVO

MÉRCORES

07/01/2026

NON LECTIVO

XOVES

08/01/2026

CALDO GALEGO

XAMONCIÑOS DE POLO O FORNO

PATACAS ASADAS

IOGUR

VENRES

09/01/2026

CREMA DE ESPINACAS

ALBÓNDEGAS

PISTO DE VERDURAS

FROITA

Semana 1

12/01/2026

ARROZ CON VERDURAS

XURELO A GALEGA

BROCOLI

FROITA

13/01/2026

ENSALADA TROPICAL

GUIISO DE PORCO CON PATACAS

FROITA

14/01/2026

MACARRONS INTEGRAIS A NAPOLITANA CON CHAMPIÑONS

FILETE DE PESCADA A ROMANA

LEITUGA, TOMATE E CENORIA

FROITA

15/01/2026

TORTILLA DE CABACIÑA

GARAVANZOS CON CHOURIZO

FROITA

16/01/2026

SOPA DE VERDURAS

POLO STROGONOFF

ARROZ INTEGRAL

IOGUR ECOLÓXICO

Semana 2

19/01/2026

CREMA DE CABACIÑA

ATÚN GUISADO

MACARRONS

IOGUR

20/01/2026

LENTELLAS CON CHOURIZO

XAMÓN ASADO EN SALSAS

PURÉ DE PATACA

FROITA

21/01/2026

CREMA DE CABAZA

PUCHERO DE POLO CON PATACAS

FROITA

22/01/2026

SOPA DE VERDURAS

LOMBO NATURAL ADUBADO

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FROITA

23/01/2026

FABAS VEXETAIS

FIDEUA DE PEIXE

IOGUR

Semana 3

26/01/2026

XUDIAS CON ALLADA

BOLOÑESA VEXETAL

PATACAS ESTUFADAS

IOGUR

27/01/2026

CREMA DE CABACIÑA

POLO O ALLO

ARROZ INTEGRAL

FROITA

28/01/2026

LENTELLAS A CASEIRA

PESCADA O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

IOGUR

29/01/2026

TORTILLA DE PATACA

LOMBO ASADO

ARROZ INTEGRAL

FROITA

30/01/2026

CHICHAROS CON XAMON

XARDA EN SALSAS VERDES

PATACAS O VAPOR

FROITA

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 visite: www.arumeservicios.com

