



FÁCIL MASTICACION



FEBREIRO 2026



LUNS

02/02/2026

TORTILLA DE PATACA
GARAVANZOS CON ESPINACAS E PATACAS

IOGUR

MARTES

03/02/2026

CREMA DE CABACIÑA

BOLOÑESA VEXETAL

MACARRONS

IOGUR

MÉRCORES

04/02/2026

XUDIAS CON ALLADA

FILETE RUSO

PATACA ASADA

IOGUR

XOVES

05/02/2026

FABAS ESTUFADAS

PESCADA A GALEGA

BROCOLI E CENORIA

IOGUR

VENRES

06/02/2026

SOPA DE CABELLIN

ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE

ARROZ INTEGRAL CON VERDURAS

IOGUR

Semana 1

09/02/2026

CREMA CAMPEIRA

XURELO O FORNO

PATACA O VAPOR

FLAN

10/02/2026

GARAVANZOS CON ESPINACAS

MACARRONS CON TOMATE E ATÚN

IOGUR

11/02/2026

CALDO DE REPOLO

PESCADA A MARIÑEIRA

ARROZ BRANCO

IOGUR

12/02/2026

CREMA DE CABAZA

FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA

PATACAS ASADAS

IOGUR

13/02/2026

SOPA DE PASTA

TORTILLA FRANCESA

REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS

PALMERA DE CHOCOLATE

Semana 2

16/02/2026

NON LECTIVO

17/02/2026

NON LECTIVO

18/02/2026

NON LECTIVO

19/02/2026

CREMA CAMPEIRA

XURELO O FORNO

ARROZ BRANCO

IOGUR

20/02/2026

FABAS ESTUFADAS

PESCADA O FORNO

PATACA COCIDA

IOGUR

Semana 3

23/02/2026

TORTILLA DE CABACIÑA

ARROZ CON VERDURAS

IOGUR

24/02/2026

SOPA DE CABELLIN

FOGONEIRO EN SALSA DE CEDEIRESA

PATACAS ESTUFADAS

IOGUR ECOLÓXICO

25/02/2026

ARROZ CON VERDURAS

BOLOÑESA DE LENTELLAS CON VERDURAS

IOGUR

26/02/2026

SOPA DE PIÑONS

PESCADA EN SALSA VERDE

CHÍCHAROS CON CENORIAS

IOGUR

27/02/2026

CREMA DE VERDURAS

TORTILLA FRANCESA

ARROZ BRANCO

IOGUR

Semana 4

Garante que estas 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

