



# SEN FROITOS SECOS



## FEBREIRO 2026



LUNS

02/02/2026

TORTILLA DE PATACA  
POTAXE DE GARAVANZOS CON  
ESPINACAS E CHOURIZO

FROITA

MARTES

03/02/2026

CREMA DE CABACIÑA  
CALDERETA DE TENREIRA  
MACARRONS SALTEADOS

IOGUR

MÉRCORES

04/02/2026

ENSALADA COMPLETA  
PUCHERO DE POLO CON PATACAS

FROITA

XOVES

05/02/2026

FABAS ESTUFADAS  
PESCADA A GALEGA  
BROCOLI E CENORIA

FROITA

VENRES

06/02/2026

SOPA DE CABELLIN  
ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE  
ARROZ INTEGRAL CON VERDURAS

FROITA

Semana 1

09/02/2026

CREMA CAMPEIRA

XURELO O FORNO

LEITUGA E TOMATE

FLAN

10/02/2026

GARAVANZOS CON ESPINACAS

TENREIRA GUISADA CON FIDEOS

FROITA

11/02/2026

CALDO GALEGO

PESCADA A MARIÑEIRA

ARROZ BRANCO

FROITA

12/02/2026

CREMA DE CABAZA

FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA

PATACAS ASADAS

IOGUR

13/02/2026

SOPA DE COCIDO

COCIDO

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

POLO O ALLO

ARROZ BRANCO

IOGUR

20/02/2026

FABAS ESTUFADAS

FILETE DE PESCADA A ROMANA

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

Semana 3

23/02/2026

TORTILLA DE CABACIÑA

ARROZ TRES DELICIAS CON IORK

FROITA

24/02/2026

ENSALADA TROPICAL

POLO O CHILINDRON

PATACAS GUISADAS

IOGUR ECOLÓXICO

25/02/2026

ARROZ A MILANESA

BOLOÑESA DE LENTELLAS CON  
VERDURAS

FROITA

26/02/2026

SOPA DE PIÑONS

PESCADA EN SALSA VERDE

CHÍCHAROS CON CENORIAS

FROITA

27/02/2026

CREMA DE VERDURAS

LOMBO NATURAL ADUBADO

CRUNCHYBANZOS

IOGUR

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)

