



# SEN FROITOS SECOS

## ABRIL 2022



LUNS

28/03/2022

MARTES

29/03/2022

MÉRCORES

30/03/2022

XOVES

31/03/2022

VENRES

01/04/2022

POTAXE DE GARAVANZOS  
ECOLOXICOS CON CHOURIZO

PESCADA EN SALSА

ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E  
CENORIAS

IOGUR

Semana 1

04/04/2022

CREMA DE CABAZA

GUISO DE BACALLAO

IOGUR ECOLÓXICO

05/04/2022

LENTELLAS ESTUFADAS

LOMBO ADUBADO O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E  
ESPARRAGOS

FROITA

06/04/2022

ENSALADILLA CON OVO RELADO E  
MAHONESA

POLO O CHILINDRON

ARROZ BRANCO

IOGUR

07/04/2022

SOPA MARAVILLA CON CABAZA E  
CENORIA

ASADO DE TENREIRA EN SALSА DE  
CENORIAS CON PATACAS

FROITA

08/04/2022

CREMA DE CABACIÑA

XARDA O FORNO

ARROZ BRANCO

PALMEIRA DE HOXALDRE

Semana 2

11/04/2022

VACACIONS DE SEMANA SANTA

12/04/2022

VACACIONS DE SEMANA SANTA

13/04/2022

VACACIONS DE SEMANA SANTA

14/04/2022

FESTIVO

15/04/2022

FESTIVO

Semana 3

18/04/2022

VACACIONS DE SEMANA SANTA

19/04/2022

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

TENREIRA ASADA EN SALSА

MACARRONS

IOGUR

20/04/2022

SOPA DE VERDURAS

ALBÓNDEGAS CON SALSА DE  
TOMATE

ARROZ BRANCO

FROITA

21/04/2022

CREMA DE CABACIÑA

POLO O ALLO

CODIÑOS SALTEADOS

IOGUR

22/04/2022

GARAVANZOS ESTUFADOS

PESCADA O FORNO

PATACAS

FROITA

Semana 4

25/04/2022

CALDO GALEGO  
TAQUIÑO DE PAVO CON MACARRONS  
INTEGRAIS

IOGUR

26/04/2022

LENTELLAS CON CHOURIZO

XARDA EN SALSА VERDE

PATACAS O VAPOR

FROITA

27/04/2022

SOPA DE FIDEOS

TORTILLA DE PATACA

LEITUGA E TOMATE

FROITA

28/04/2022

ESPIRAIS GRATINADOS

FILETE DE PESCADA A ROMANA

ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E  
ESPARRAGOS

IOGUR

29/04/2022

XUDIAS REFOGADAS

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

PIÑA NO SEU ZUME

Semana 5

Garantía 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 materiais primas de 1ª calidade. Se desexa consultar o menú online visítalo: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)



Revisado: Inés Barciela Cabaleiro  
Técnico Superior en Dietética y  
Nutrición  
DNI.: 53172340 C