



# SEN CARNE

## MAIO 2024



LUNS

29/04/2024

MARTES

30/04/2024

MÉRCORES

01/05/2024

XOVES

02/05/2024

VENRES

03/05/2024

Semana 1

SOPA DE ESTRELIÑAS

LENTELLAS VEXETAIS

FESTIVO

XARDA A MARIÑEIRA

TORTILLA DE CABACIÑA

BROCOLI E CENORIA

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

FROITA

06/05/2024

ENSALADA COMPLETA

07/05/2024

SOPA DE VERDURAS (con piñones)

08/05/2024

FABAS ESTUFADAS

09/05/2024

CREMA DE CABAZA E CABACIÑA

10/05/2024

ENSALADA DE PASTA

Semana 2

MACARRONS CON TOMATE E ATÚN

GALLO SAN PEDRO O FORNO

EMPANADA DE ATÚN

TORTILLA FRANCESA

BACALLAO ESTUFADO CON PATACAS

PATACAS ESTUFADAS

ARROZ BRANCO

FROITA

IOGUR

FROITA

IOGUR

FROITA

13/05/2024

CREMA DE XUDIAS

14/05/2024

LENTELLAS GUISADAS

15/05/2024

CREMA DE CENORIA

16/05/2024

SOPA DE VERDURAS

17/05/2024

FESTIVO

Semana 3

FILETE DE PESCADA A ROMANA

TORTILLA DE PATACA

XURELO O FORNO

ROLIÑO PRIMAVERA

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

TOMATE

ARROZ BRANCO

PATACA COCIDA

IOGUR

FROITA

IOGUR

FROITA

20/05/2024

CREMA DE CABACIÑA

21/05/2024

CALDO VEXETAL

22/05/2024

SOPA DE FIDEOS

23/05/2024

ENSALADA CON GARAVANZOS

24/05/2024

Semana 4

MACARRONS CON TOMATE E ATÚN

PESCADA EN SALSA DE PORROS

TORTILLA FRANCESA

XURELO EN SALSA DE LIMÓN

RECETAS CON HISTORIA

ESPIRAIS SALTEADOS

XARDINEIRA

ARROZ CON VERDURAS

FROITA

FROITA

IOGUR

FROITA

27/05/2024

ARROZ TRES DELICIAS

28/05/2024

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

29/05/2024

SOPA DE ESTRELIÑAS

30/05/2024

ENSALADA TROPICAL

31/05/2024

ENSALADILLA CON OVO

Semana 5

XARDA O FORNO

GALLO SAN PEDRO O FORNO

TORTILLA DE PATACA

ATUN GUISADO CON FIDEOS

PESCADA O FORNO

LEITUGA E TOMATE

CODIÑOS SALTEADOS

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

PATACA ASADA

IOGUR

FROITA

FROITA

IOGUR

FROITA

Garante que estes 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 vale: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)



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