



SEN FROITOS SECOS

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 A CASEIRA CON CHOURIZO

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

TAQUIÑO DE POLO GUISADO CON MACARRONS

LOMBO NATURAL ADUBADO EN SALSAS

PESCADA O FORNO

ALBÓNDEGAS CON SALSAS DE TOMATE

BACALLAO ESTUFADO CON PATACAS

PATACAS GUISADAS

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

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

Semana 3

FILETE DE PESCADA A ROMANA

TORTILLA DE PATACA

POLO STROGONOFF

GUISO DE PORCO CON PATACAS

FESTIVO

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

TOMATE

ARROZ BRANCO

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

PUCHERO DE POLO

PESCADA EN SALSAS DE PORROS

LOMBO ASADO EN SALSAS DE PIQUILLOS

XURELO EN SALSAS DE LIMÓN

RECETAS CON HISTORIA

ESPIRAIS SALTEADOS

XARDIÑEIRA

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

POLO EN SALSAS AS FINAS HERBAS

TORTILLA DE PATACA

ATUN GUISADO CON FIDEOS

MILANESA

LEITUGA E TOMATE

CODIÑOS SALTEADOS

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

PATACAS ASADAS

IOGUR

FROITA

FROITA

IOGUR

FROITA

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 materias primas de 1ª calidade. Se desexa consultar o menú online vale: www.arumeservicios.com



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