



# SEN PEIXE

## 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

XAMÓN ASADO EN SALSA

TORTILLA DE CABACIÑA

BROCOLI CON 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 SALSA

TORTILLA FRANCESA

ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE

TENREIRA ASADA EN SALSA

PATACAS GUISADAS

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

ARROZ BRANCO

PATACA COCIDA

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

LOMBO ASADO

TORTILLA DE PATACA

POLO STROGONOFF

GUISO DE PORCO CON PATACAS

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

RECETAS CON HISTORIA

Semana 4

PUCHERO DE POLO

TENREIRA ASADA EN SALSA

LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS

TORTILLA FRANCESA

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

LOMBO EN SALSA

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

TORTILLA DE PATACA

XAMÓN ASADO EN SALSA

PEITUGA DE POLO ENFARIÑADA

LEITUGA E TOMATE

CODIÑOS SALTEADOS

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FIDEOS

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