



SEN CARNE

FEBREIRO 2025



LUNS

03/02/2025

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

TORTILLA FRANCESA

PATACA COCIDA

IOGUR

MARTES

04/02/2025

LENTELLAS GUIADAS

XARDA EN SALSA VERDE

CHÍCHAROS CON CENORIAS

FROITA

MÉRCORES

05/02/2025

SOPA DE PIÑONS

TORTILLA DE PATACA

LEITUGA E TOMATE

FROITA

XOVES

06/02/2025

CREMA DE CENORIA

ABEXO O FORNO

ARROZ BRANCO

IOGUR

VENRES

07/02/2025

MACARRONS CON TOMATE

GARAVANZOS CON CALAMARES

FROITA

Semana 1

10/02/2025

CREMA DE CABACIÑA

MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL

FROITA

11/02/2025

CODIÑOS CON ALLO E PEREXIL

XURELO O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

IOGUR

12/02/2025

SOPA DE VERDURAS CON ESTRELIÑAS

ROLIÑO PRIMAVERA

ARROZ BRANCO

FROITA

13/02/2025

LENTELLAS CON CABAZA

PESCADA A GALEGA

BROCOLI CON PATACA

FROITA

14/02/2025

XUDIAS REFOGADAS

MACARRONS CON TOMATE E ATÚN

IOGUR

Semana 2

17/02/2025

SOPA DE CABELLIN

XARDA A MARIÑEIRA

ARROZ CON VERDURAS

IOGUR

18/02/2025

GARAVANZOS CON ESPINACAS

EMPANADA

FROITA

19/02/2025

CREMA CAMPEIRA

ABEXO O FORNO

FIDEOS

IOGUR

20/02/2025

FABAS ESTUFADAS

TORTILLA DE PATACA

TOMATE

FROITA

21/02/2025

CODIÑOS CON CHAMPIÑONS

PESCADA EN SALSA DE ALBAHACA

BROCOLI E CENORIA

FROITA

Semana 3

24/02/2025

CALDO DE GLORIA

XURELO O FORNO

ARROZ BRANCO

FROITA

25/02/2025

POTAXE DE LENTELLAS

BACALLAO ESTUFADO CON PATACAS

IOGUR

26/02/2025

CREMA DE CABAZA

ROLIÑO PRIMAVERA

PATACAS ESTUFADAS

FROITA

27/02/2025

ARROZ TRES DELICIAS

FILETE DE PESCADA A ROMANA

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

IOGUR

28/02/2025

SOPA DE FIDEOS

TORTILLA FRANCESA

REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS

FLOR DE ENTROIDO

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



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

Inés Barciela Cabaleiro