



SEN PROTEINA DO LEITE

FEBREIRO 2025



LUNS

03/02/2025

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ
GUIZO DE PORCO CON PATACAS
IOGUR DE SOIA

MARTES

04/02/2025

LENTELLAS VEXETAIS
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
POLO ASADO
ARROZ BRANCO
IOGUR DE SOIA

VENRES

07/02/2025

MACARRONS CON TOMATE
GARAVANZOS CON CALAMARES
FROITA

Semana 1

10/02/2025

CREMA DE CABACIÑA
BOLOÑESA VEXETAL
MACARRONS SALTEADOS
FROITA

11/02/2025

CODIÑOS CON ALLO E PEREXIL
XURELO O FORNO
ENSALADA DE LEITUGA E MILLO
IOGUR DE SOIA

12/02/2025

SOPA DE VERDURAS CON ESTRELIÑAS
XAMON ASADO
ARROZ BRANCO
FROITA

13/02/2025

LENTELLAS CON CABAZA
PESCADA A GALEGA
BROCOLI CON PATACA
FROITA

14/02/2025

XUDIAS CON XAMÓN
POLO ASADO
ARROZ BRANCO
IOGUR DE SOIA

Semana 2

17/02/2025

SOPA DO DIA
XARDA A MARIÑEIRA
ARROZ CON VERDURAS
IOGUR DE SOIA

18/02/2025

GARAVANZOS CON ESPINACAS
PUCHERO DE TENREIRA CON PATACAS
FROITA

19/02/2025

CREMA CAMPEIRA
TAQUIÑO DE POLO GUISADO
FIDEOS
IOGUR DE SOIA

20/02/2025

FABAS VEXETAIS
TORTILLA DE PATACA
TOMATE
FROITA

21/02/2025

CODIÑOS CON CHAMPIÑONS
PESCADA EN SALSA DE ALBAHACA
BROCOLI CON CENORIA
FROITA

Semana 3

24/02/2025

CALDO DE GLORIA
POLO O ALLO
ARROZ BRANCO
FROITA

25/02/2025

LENTELLAS VEXETAIS
GUIZO DE BACALLAO CON PATACAS
IOGUR DE SOIA

26/02/2025

CREMA DE CABAZA
Lombo ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS
PATACAS ESTUFADAS
FROITA

27/02/2025

ARROZ A MILANESA
FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA
ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO
IOGUR DE SOIA

28/02/2025

SOPA DE FIDEOS
CARNE DE COCIDO
REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
PALMEIRA DE HOXALDRE

Semana 4

Garante que estos 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 visite: www.arumeservicios.com



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