

# VEXETARIANO

## FEBRERO 2025



LUNS

03/02/2025

CREMA DE COLIFLOR E MAZA  
TALLARINS CON VERDURAS E SALSA DE SOIA

IOGUR

MARTES

04/02/2025

CHICHAROS CON CENORIAS E PATACAS  
LENTELLAS GUISADAS

FROITA

MÉRCORES

05/02/2025

SOPA DE PIÑONS  
TORTILLA DE PATACA  
LEITUGA E TOMATE

FROITA

XOVES

06/02/2025

CREMA DE CENORIA  
SALTEADO DE ARROZ CON VERDURAS E PASAS

IOGUR

VENRES

07/02/2025

PASTA CON TOMATE  
GARAVANZOS CON CALAMARES

FROITA

Semana 1

10/02/2025

CREMA DE CABACIÑA  
MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL

FROITA

11/02/2025

ESPINACAS SALTEADAS CON CABAZA E CACAHUETES  
TORTILLA FRANCESA  
PATACA COCIDA

IOGUR

12/02/2025

SOPA DE VERDURAS (con estreliñas)  
SALTEADO DE ARROZ CON VERDURAS

FROITA

13/02/2025

BRECOL A CASEIRA  
LENTELLAS CON CABAZA

FROITA

14/02/2025

CREMA DE VERDURAS  
XUDIAS CON ALLADA E PATACA

IOGUR

Semana 2

17/02/2025

SOPA DE CABELLIN  
ARROZ PRIMAVERA

IOGUR

18/02/2025

ENSALADA DE LEITUGA, MILLO, BROTES DE SOIA Y NOCES  
GARAVANZOS CON ESPINACAS

FROITA

19/02/2025

CREMA CAMPEIRA  
ARROZ DE VERDURAS O CURRY

IOGUR

20/02/2025

FABAS ESTUFADAS  
TORTILLA DE PATACA  
TOMATE FRITO

FROITA

21/02/2025

SALTEADO DE BRECOL CON CENORIA  
CODIÑOS CON CHAMPIÑONS

FROITA

Semana 3

24/02/2025

MINISTRA DE VERDURAS  
CALDO DE GLORIA

FROITA

25/02/2025

ESPINACAS SALTEADAS CON CHAMPIÑONS E CENORIAS  
POTAXE DE LENTELLAS

IOGUR

26/02/2025

CREMA DE CABAZA  
PATACAS EN SALSA VERDE CON CHICHAROS

FROITA

27/02/2025

ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, CEBOLA, MILLO E PEMENTO MORRON  
ARROZ INTEGRAL CON CABAZA, PASAS E NOCES

IOGUR

28/02/2025

SOPA DE FIDEOS  
REPOLO CON GARAVANZOS E PATACAS

FLORES 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](http://www.arumeservicios.com)

