



SEN PROTEINA DE VACA

MARZO 2025



LUNS

03/03/2025

MARTES

04/03/2025

MÉRCORES

05/03/2025

XOVES

06/03/2025

VENRES

07/03/2025

Semana 1

VACACIONS DE ENTROIDO

VACACIONS DE ENTROIDO

VACACIONS DE ENTROIDO

TORTILLA DE PATACA

GARAVANZOS CON ESPINACAS

XURELO O FORNO

TOMATE NATURAL

PATACA ASADA

FROITA

IOGUR DE SOIA

10/03/2025

ARROZ TRES DELICIAS

11/03/2025

CALDO DE REPOLO

12/03/2025

CREMA DE CABACIÑA

13/03/2025

LENTELLAS A CASEIRA

14/03/2025

MINESTRA

PESCADA EN SALSA VERDE

PUCHERO DE PAVO CON PATACAS

BOLOÑESA VEXETAL

XARDA EN SALSA DE LIMON

LOMBO ASADO

LEITUGA E TOMATE

MACARRONS SALTEADOS

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

ARROZ BRANCO

IOGUR DE SOIA

FROITA

FROITA

FROITA

IOGUR DE SOIA

Semana 2

17/03/2025

CREMA DE CENORIA

18/03/2025

SOPA DE VERDURAS CON PIÑONS

19/03/2025

FABAS VEXETAIS

20/03/2025

XUDIAS CON ALLADA E OVO

21/03/2025

CREMA DE VERDURAS

TORTILLA DE CABACIÑA

GUIISO DE PORCO CON PATACAS

FILETE DE PESCADA A ROMANA

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

ATÚN GUIADO

TOMATE

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

ARROZ BRANCO

FIDEOS

FROITA

IOGUR DE SOIA

FROITA

IOGUR DE SOIA

FROITA

Semana 3

24/03/2025

GARAVANZOS ESTUFADOS

25/03/2025

SOPA DE CABELLIN

26/03/2025

CREMA CAMPEIRA

27/03/2025

LENTELLAS VEXETAIS

28/03/2025

FESTIVO

LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS

PESCADA EN SALSA

XAMON ASADO

XARDA CON ALLADA

XARDIÑEIRA

BROCOLI CON CENORIA

ARROZ BRANCO

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FROITA

FROITA

IOGUR DE SOIA

FROITA

Semana 4

31/03/2025

CREMA DE CABACIÑA

01/04/2025

PEITUGA DE POLO ENFARIÑADA

02/04/2025

PATACA ASADA

03/04/2025

IOGUR DE SOIA

04/04/2025

Semana 5

Garantía que estes menús foron planificados segundo os principios dietéticos 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 visítate www.arumeservicios.com



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