

VEXETARIANO

MARZO



LUNS

03/03/2025

VACACIONS DE ENTROIDO

MARTES

04/03/2025

VACACIONS DE ENTROIDO

MÉRCORES

05/03/2025

VACACIONS DE ENTROIDO

XOVES

06/03/2025

SOPA DE FIDEOS
TORTILLA DE PATACA
TOMATE NATURAL
FROITA

VENRES

07/03/2025

CREMA DE CENORIA
GARAVANZOS CON ESPINACAS
IOGUR DE CHOCOLATE

Semana 1

10/03/2025

BRECOL A CASEIRA
ARROZ CON VERDURAS

IOGUR

11/03/2025

COLIFLOR CON ALLADA DE PATACA
CALDO DE REPOLO

FROITA

12/03/2025

CREMA DE CABACIÑA
MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL

FROITA

13/03/2025

ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, MILLO, CENORIA, NOCES
LENTELLAS ESTUFADAS

FROITA

14/03/2025

MINESTRA SALTEADA
ARROZ CON VERDURAS O CURRY

IOGUR

Semana 2

17/03/2025

CREMA DE CENORIA
TORTILLA DE CABACIÑA
TOMATE
FROITA

18/03/2025

SOPA DE VERDURAS CON PIÑONS
SALTEADO DE ARROZ CON VERDURAS E PASAS
IOGUR

19/03/2025

ESPINACAS O ALLO
FABAS ESTUFADAS
FROITA

20/03/2025

SOPA DE ESTRELIÑAS
XUDIAS CON ALLADA, PATACA E OVO RELADO
IOGUR

21/03/2025

CREMA DE VERDURAS
TALLARINS CON VERDURAS E SALSA DE SOIA
FROITA

Semana 3

24/03/2025

ESPINACAS SALTEADAS CON CHAMPIÑONS E CENORIAS
GARAVANZOS GUIRADOS
FROITA

25/03/2025

SOPA DE CABELLIN
SALTEADO DE BRECOL CON CENORIA E PATACAS
FROITA

26/03/2025

CREMA CAMPEIRA
ARROZ INTEGRAL CON CABAZA, PASAS E NOCES
IOGUR

27/03/2025

ENSALADA MIXTA (leituga, tomate e cebola)
LENTELLAS A CASEIRA
FROITA

28/03/2025

FESTIVO

Semana 4

31/03/2025

CREMA DE CABACIÑA
ROLIÑO PRIMAVERA
PATACAS ASADAS
IOGUR

01/04/2025

02/04/2025

03/04/2025

04/04/2025

Semana 5

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

