



SEN FROITOS SECOS

XUÑO 2025



LUNS

02/06/2025

ENSALADA PRIMAVERA

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

FROITA

MARTES

03/06/2025

CODIÑOS CON ALLO E PEREXIL

XURELO O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

IOGUR

MÉRCORES

04/06/2025

XUDIAS CON XAMÓN

XAMONCIÑOS DE POLO O FORNO

ARROZ BRANCO

FROITA

XOVES

05/06/2025

LENTELLAS A CASEIRA CON
CHOURIZO

PESCADA A GALEGA

BROCOLI CON PATACA

FROITA

VENRES

06/06/2025

ENSALADA TROPICAL

ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE

ARROZ BRANCO

IOGUR

Semana 1

09/06/2025

SOPA DE VERDURAS (con piñons)

XARDA A MARIÑEIRA

PATACA O VAPOR CON PEREXIL

IOGUR

10/06/2025

CREMA CAMPEIRA

LOMBO ASADO EN SALSA DE
PIQUILLOS

ARROZ BRANCO

FROITA

11/06/2025

MINESTRA SALTEADA

FIDEUA DE POLO

IOGUR

12/06/2025

ENSALADA CON GARAVANZOS

TORTILLA DE PATACA

TOMATE

FROITA

13/06/2025

ENSALADA DE PASTA

PESCADA EN SALSA DE ALBAHACA

BROCOLI E CENORIA

FROITA

Semana 2

16/06/2025

CREMA DE CENORIA

CALDERETA DE TENREIRA

MACARRONS SALTEADOS

FROITA

17/06/2025

SOPA DE FIDEOS

FILETE DE PESCADA A ROMANA

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E
MILLO

FROITA

18/06/2025

ENSALADILLA CON OVO RELADO

XAMONCIÑOS DE POLO O FORNO

LEITUGA E TOMATE

FROITA

19/06/2025

ENSALADA COMPLETA

GUIISO DE PORCO CON ARROZ

IOGUR

20/06/2025

CROQUETAS

PIZZA

PATACAS CHIP

BISCOITO

Semana 3

Garante que estos menús fueron 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

Inés Barciela Cabaleiro