



SEN LACTOSA

XUÑO 2025



LUNS

02/06/2025

ENSALADA PRIMAVERA

GUIZO DE PORCO CON PATACAS

FROITA

MARTES

03/06/2025

CODIÑOS CON ALLO E PEREXIL

XURELO O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

IOGUR SEN LACTOSA

MÉRCORES

04/06/2025

XUDIAS CON XAMÓN

POLO ASADO

ARROZ BRANCO

FROITA

XOVES

05/06/2025

LENTELLAS CON CHOURIZO

PESCADA A GALEGA

BROCOLI CON PATACA

FROITA

VENRES

06/06/2025

ENSALADA TROPICAL

XAMON ASADO

ARROZ BRANCO

IOGUR SEN LACTOSA

Semana 1

09/06/2025

SOPA DE VERDURAS

XARDA A MARIÑEIRA

PATACA O VAPOR CON PEREXIL

IOGUR SEN LACTOSA

10/06/2025

CREMA CAMPEIRA

LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS

ARROZ BRANCO

FROITA

11/06/2025

MINESTRA

TAQUIÑO DE POLO GUIADO

FIDEOS

IOGUR SEN LACTOSA

12/06/2025

ENSALADA CON GARAVANZOS

TORTILLA DE PATACA

TOMATE

FROITA

13/06/2025

ENSALADA ITALIANA

PESCADA EN SALSA DE ALBAHACA

BROCOLI CON CENORIA

FROITA

Semana 2

16/06/2025

CREMA DE CENORIA

BOLOÑESA VEXETAL

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

POLO ASADO

LEITUGA E TOMATE

FROITA

19/06/2025

ENSALADA COMPLETA

GUIZO DE PORCO CON ARROZ

IOGUR SEN LACTOSA

20/06/2025

NUGGETS DE POLO

XAMÓN ASADO EN SALSA

PATACA ASADA

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 visite: www.arumeservicios.com



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

Inés Barciela Cabaleiro