



SEN PEIXE

NOVEMBRO 2025



LUNS

03/11/2025

NON LECTIVO

MARTES

04/11/2025

SOPA DE FIDEOS

TORTILLA DE PATACA

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

MÉRCORES

05/11/2025

CREMA CAMPEIRA

LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS

ARROZ BRANCO

FROITA

XOVES

06/11/2025

GARAVANZOS CON ESPINACAS

FILETE RUSO

LEITUGA E TOMATE

IOGUR

VENRES

07/11/2025

ENSALADA COMPLETA

POLO O ALLO

PATACAS GUIADAS

FROITA

10/11/2025

CREMA DE CABACIÑA

MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL

IOGUR

11/11/2025

CALDO GALEGO

POLO GUIADO CON PATACAS

FROITA

12/11/2025

SOPA DE ESTRELIÑAS

LOMBO ASADO

LEITUGA E TOMATE

IOGUR

13/11/2025

MINESTRA SALTEADA

ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE

ARROZ BRANCO

FROITA

14/11/2025

LENTELLAS CON CABAZA

TORTILLA FRANCESA

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FROITA

17/11/2025

ENSALADA TROPICAL

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

FROITA

18/11/2025

ESPIRAIS A NAPOLITANA CON CHAMPIÑONS

XAMÓN ASADO EN SALSA

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS

IOGUR

19/11/2025

GARAVANZOS ESTUFADOS

TORTILLA DE CABACIÑA

TOMATE NATURAL

FROITA

20/11/2025

SOPA DE VERDURAS CON ESTRELIÑAS

POLO STROGONOFF

ARROZ BRANCO

FROITA

21/11/2025

CREMA DE CABACIÑA E CENORIA

CALDERETA DE TENREIRA

FIDEOS

IOGUR

24/11/2025

LENTELLAS A CASEIRA CON CHOURIZO

XAMON ASADO

PURÉ DE PATACA

FROITA

25/11/2025

CREMA DE CABAZA

POLO O CHILINDRON

ARROZ BRANCO

FROITA

26/11/2025

SOPA DE PIÑONS

LOMBO NATURAL ADUBADO

XARDIÑEIRA

IOGUR

27/11/2025

FABAS ESTUFADAS

TORTILLA FRANCESA

FIDEOS

FROITA

28/11/2025

XUDIAS CON ALLADA

PEITUGA DE POLO ENFARIÑADA

ARROZ BRANCO

IOGUR

Garante que estos menús fosen 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