

SEN OVO

XULLO 2025



LUNS

30/06/2025

MARTES

01/07/2025

CREMA VICHYSOISSE
ESTUFADO DE TENREIRA A
XARDIÑEIRA

IOGUR

MÉRCORES

02/07/2025

ARROZ CON VERDURAS
XARDA O LIMÓN
LEITUGA E TOMATE

FROITA

XOVES

03/07/2025

XUDIAS CON TOMATE
ESTUFADO DE POCO CON PATACAS

IOGUR

VENRES

04/07/2025

GARAVANZOS ESTUFADOS
POLO EN PEPITORIA
ARROZ
FROITA

Semana 1

07/07/2025

CALDO VEXETAL
XAMÓN ASADO
TOMATE NATURAL
IOGUR

08/07/2025

POTAXE DE LENTELLAS
XURELO CON ALLADA
PATACA COCIDA
FROITA

09/07/2025

ENSALADA DE PASTA
XAMONCIÑOS DE POLO ASADO
ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA E
MILLO
FROITA

10/07/2025

BROCOLI A CASEIRA
LOMBO ASADO
ARROZ
FROITA

11/07/2025

CREMA DE CABAÇA
PESCADA EN SALSA DE PORROS
PASTA SALTEADA CON ALLO E
PEREXIL
IOGUR

Semana 2

14/07/2025

ENSALADA DE XUDIAS
ATUN GUISADO
PASTA SALTEADA
FROITA

15/07/2025

CREMA DECABACIÑA
TENREIRA EN SALSA DE CENORIAS
CON PATACAS
IOGUR

16/07/2025

POTAXE DE GARAVANZOS
PESCADA O FORNO
COLIFLOR O VAPOR
FROITA

17/07/2025

SOPA DE PASTA
POLO O ALLO
ARROZ CON VERDURAS
IOGUR

18/07/2025

CHÍCHAROS CON XAMÓN
ESTUFADO DE PORCO
MACARRONS
FROITA

Semana 3

21/07/2025

CREMA DE ESPINACAS
LOMBO ASADO
ARROZ
IOGUR

22/07/2025

SOPA DE VERDURAS
BACALLAO GUISADO CON PATACAS
FROITA

23/07/2025

LENTELLAS CON CENORIA
XAMÓN ASADO
LEITUGA E TOMATE
IOGUR

24/07/2025

CREMA DE CABACIÑA
TAQUIÑO DE POLO GUISADO
MACARRONS
FROITA

25/07/2025

FESTIVO

Semana 4

28/07/2025

ARROZ CON VERDURAS
FILETE DE PESCADA EN SALSA DE
TOMATE E ALBAHACA
XUDIAS SALTEADAS
FROITA

29/07/2025

SOPA DE CABELLIN
POLO O CHILINDRON
PATACAS GUISADAS
IOGUR

30/07/2025

MINISTRA SALTEADA
GUIZO DE LURAS CON ARROZ
FROITA

31/07/2025

GARAVANZOS CON ESPINACAS
CALDERETA DE TENREIRA CON
MACARRONS

01/08/2025

FROITA

Semana 5

Garante que estes 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 visítale: www.arumeservicios.com

