



ESCOLA INFANTIL

MARZO



ARUME
COCINAMOS PARA TI

LUNS

02/03/2026

CREMA CAMPEIRA

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

FROITA

MARTES

03/03/2026

MACARRONS INTEGRAIS A
NAPOLITANA CON CHAMPIÑONS

PESCADA O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E
OLIVAS

IOGUR

MÉRCORES

04/03/2026

GARAVANZOS ESTUFADOS

TORTILLA DE CABACIÑA

TOMATE

FROITA

XOVES

05/03/2026

XUDIAS CON ALLADA

POLO AS FINAS HERBAS

ARROZ

FROITA

VENRES

06/03/2026

CREMA DE PORROS

CALDERETA DE TENREIRA CON
MACARRONS

FROITA

Vaso de leite. Cereais de avena. Froita fresca	Vaso de leite. Galletas tipo María. Zume de laranxa natural	Iogur natural. Pan tostado con tomate e aceite de oliva. Froita fresca	Vaso de leite. Pan con tomate e xamón serrano. Froita fresca	Vaso de leite. Torradas con aceite de oliva e queixo. Froita fresca
Cous cous con salmón e bastonciños de cabaciña	Dados de teneria salteados con minestra salteada	Salteado de quinoa con taquiños de bacallao e berenxena	Canelons de verduras e piñons con minestra de verduras	Lombo a plancha con patatas con verduras
Lácteo	Froita	Lácteo	Lácteo	Lácteo

09/03/2026

LENTELLAS A CASEIRA

XURELO A GALEGA

ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E
CENORIA

IOGUR

10/03/2026

CREMA DE CABAZA

PUCHERO DE POLO CON PATACAS

FROITA

11/03/2026

MINESTRA SALTEADA

LOMBO ASADO

ARROZ

IOGUR NATURAL

12/03/2026

FABAS ESTUFADAS

FIDEUA DE PEIXE

FROITA

13/03/2026

SOPA DE PIÑONS

TENREIRA A XARDIÑEIRA

FROITA

Vaso de leite. Pan integral con aceite de oliva e peituga de pavo cocida. Zume de laranxa natural	Vaso de leite. Cereais con mel. Froita fresca	Vaso de leite. Pan multicereais con tomate e aceite de oliva. Froita fresca	Iogur natural. Galletas de avena con plátano. Zume de laranxa natural	Vaso de leite. Biscoito caseiro. Froita fresca
Peituga de polo con ensalada de tomate	Ensalada de atún con patacas	Taquiños de bacallao e berenxena con patacas	Chicharos con dados de polo e quinoa	Pescada a plancha con ensalada de tomate
Froita	Lácteo	Froita	Lácteo	Lácteo

16/03/2026

CHICHAROS CON XAMÓN

POLO O ALLO

ARROZ

IOGUR

17/03/2026

LENTELLAS ESTUFADAS

PESCADA O FORNO

COLIFLOR O VAPOR

FROITA

18/03/2026

SOPA DE VERDURAS CON ESTRELIÑAS

TORTILLA DE PATACA

LEITUGA E TOMATE

IOGUR

19/03/2026

FESTIVO

20/03/2026

NON LECTIVO

Vaso de leite. Cereais de arroz. Zume de laranxa natural	Vaso de leite. Torradas con xamón cocido. Froita fresca	Vaso de leite. Pan multicereais con queixo fresco. Zume de laranxa natural
Atún salteado con berenxena, cabaciña e patacas	Brecol con magro de porco e pataca cocida	Salmón a plancha con ensalada de xudias
Lácteo	Froita	Froita

23/03/2026

CREMA DE CABACIÑA

ESTUFADO DE PORCO CON ARROZ

FROITA

24/03/2026

SOPA DE PIÑONS

PUCHERO DE POLO

IOGUR

25/03/2026

FABAS GUIADAS

PESCADA A GALEGA

BROCOLI E CENORIA

FROITA

26/03/2026

CREMA CAMPEIRA

ESTUFADO DE TENREIRA CON
PATACAS E VERDURAS

IOGUR

27/03/2026

LENTELLAS VEXETAIS

XARDA EN SALSA VERDE

PATACAS COCIDAS

FROITA

Vaso de leite. Cereais con mel. Zume de laranxa natural	Vaso de leite. Pan integral con aceite de oliva e xamón cocido. Froita fresca	Vaso de leite. Galletas tipo María. Zume de laranxa natural	Vaso de leite. Cereais. Froita fresca	Vaso de leite. Torradas con aceite de oliva e queixo. Froita fresca
Tortilla francesa con espinacas e pataca cocida	Rapante a plancha con pasta salteada con minestra	Lombo asado con minestra de verduras	Arroz salteado con taquiños de atún e pisto	Rapante a plancha con cous cous de verduras
Lácteo	Froita	Lácteo	Froita	Lácteo

30/03/2026

NON LECTIVO

31/03/2026

NON LECTIVO

01/04/2026

02/04/2026

03/04/2026



[Firma]