



VEGANA

MAIO 2024



LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

Semana 1

01/05/2024

02/05/2024

03/05/2024

SOPA DE PASTA EN CALDO DE VERDURAS

CHICHAROS ESTUFADOS

FESTIVO

XUDIAS VERDES CON PATACAS

MACARRONS

COCIDAS E ALLADA

CON BOLOÑESA VEXETAL

FROITA

FROITA

Semana 2

06/05/2024

07/05/2024

08/05/2024

09/05/2024

10/05/2024

CREMA DE CABAZA

ENSALADA MIXTA

EMPANADA DE CABACIÑA E BEREXENA

SOPA DE VERDURAS

ENSALADA PRIMAVERA

ARROZ CON VERDURAS

MACARRONS CON TOMATE E VERDURAS

FALAFEL

TORTILLA DE PATACAS E CABACIÑA

LASAÑA VEXETAL

MINESTRA SALTEADA

CON FARIÑA DE GARAVANZOS

FROITA

FROITA

FROITA

LACTEO DE SOIA-Froita

FROITA

Semana 3

13/05/2024

14/05/2024

15/05/2024

16/05/2024

17/05/2024

ENSALADA DE PASTA

ENSALADA CON XUDIAS VERDES

ESPINACAS SALTEADAS

HAMBURGUESA BIO DE SOIA E CENORIA

ALBONDEGAS DE LENTELLAS

GUISO DE PATACAS

PICNIC

FESTIVO

CON PURE (Sen lácteos)

CON ARROZ

CON VERDURAS

SOBREMESA CASEIRA

FROITA

FROITA

Semana 4

20/05/2024

21/05/2024

22/05/2024

23/05/2024

24/05/2024

BROCOLI REFOGADO CON CHAMPIÑONS

VERDURAS FRESCAS

ENSALADA DE GARAVANZOS S/OVO

CREMA VEXETAL

NON LETIVO

MACARRONS CON

TORTILLA DE PATACAS E CABACIÑA

ARROZ A MILANESA

HAMBURGUESA BIO DE SOIA E CENORIA COMPLETA

BOLOÑESA DE LENTELLAS

CON FARIÑA DE GARAVANZOS

VEGANA

FROITA

FROITA

FROITA

SOBREMESA CASEIRA

Semana 5

27/05/2024

28/05/2024

29/05/2024

30/05/2024

31/05/2024

ENSALADA TROPICAL SEN ATUN

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

SOPA DE LETRAS EN CALDO DE VERDURAS

LENTELLAS CON VERDURAS

ENSALADA DE PASTA SEN OVO

ESTUFADO DE PATACAS

MACARRONS CON CHAMPIÑONS

XUDIAS VERDES

ARROZ TRES DELICIAS (sen xamón)

COUS COUS CON COL, CABACIÑA, CENORIA

CON VERDURAS

E SALSA DE COLIFLOR E ANACARDOS

CON PATACAS COCIDAS E PIMENTON

ALLOPORRO E FROITOS SECOS

FROITA

FROITA

FROITA

FROITA

LACTEO DE SOIA-Froita



Garante que estes menús foron 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