



VEGANA

XUÑO 2024



LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

03/06/2024

SOPA DE PASTA EN CALDO DE VERDURAS

PATACAS EN SALSA VERDE

CON CHICHAROS

FROITA

04/06/2024

ENSALADA COMPLETA CON GARAVANZOS

TOSTA VEGANA

FROITA

05/06/2024

CREMA DE CABACIÑA

ALBONDEGAS DE LENTELLAS

ARROZ

FROITA

06/06/2024

CROQUETAS BIO DE GARAVANZOS E ESPINACAS

MACARRONS CON

BOLOÑESA VEXETAL

LACTEO DE SOIA-Froita

07/06/2024

LENTELLAS VEXETAIS

PIZZA CASEIRA DE VERDURAS

FROITA

Semana 6

10/06/2024

ESPAGUETES A NAPOLITANA

FALAFEL CON SALSA DE PEMENTOS

ENSALADA

FROITA

11/06/2024

ENSALADILLA RUSA (sen atún)

ARROZ CALDOSO CON

CENORIA, PEMENTO E APIO

LACTEO DE SOIA-Froita

12/06/2024

CREMA DE VERDURAS

HAMBURGUESA DE GARAVANZO E CHAMPIÑONS CON TOMATE GRELLADO

CACHELOS CON ALIOLI

LACTEO DE SOIA-Froita

13/06/2024

SOPA DE PASTA EN CALDO DE VERDURAS

XUDIAS VERDES CON PATACAS

COCIDAS E ALLADA

FROITA

14/06/2024

CHICHAROS ESTUFADOS

MACARRONS

CON BOLOÑESA VEXETAL

FROITA

Semana 1

17/06/2024

CREMA DE CABAZA

ALBONDEGAS DE LENTELLAS

FIDEOS

FROITA

18/06/2024

FABAS CON VINAGRETA

ARROZ SALTEADO

CON CHAMPIÑONS

FROITA

19/06/2024

EMPANADA DE CABACIÑA E BERENXENA

FALAFEL

MINESTRA SALTEADA

FROITA

20/06/2024

SOPA DE VERDURAS

TORTILLA DE PATACAS E CABACIÑA

CON FARIÑA DE GARAVANZOS

LACTEO DE SOIA-Froita

21/06/2024

ENSALADA PRIMAVERA

LASAÑA VEXETAL

POSTRE ESPECIAL

Semana 2



Garante que estos 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 visite: www.arumeservicios.com

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro Técnico Superior en Dietética v Nutrición