



SEN GLUTE

MARZO 2026



ARUME
COCINAMOS PARA TI

LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

02/03/2026

03/03/2026

04/03/2026

05/03/2026

06/03/2026

CREMA DE CABACIÑA

EMPANADA DE PAVO E
QUEIXO

SOPA DE PASTA

CROQUETAS CON
LEITUGA

ENSALADA COMPLETA

ALBÓNDEGAS EN SALSA

PESCADA AO FORNO

POLO ASADO

MACARRÓNS

PIZZA CASEIRA DE ATÚN

ARROZ

ENSALADA COMPLETA

PATACAS ASADAS

CON BOLOÑESA

FROITA

FROITA

FROITA

LÁCTEO-Froita

FROITA

09/03/2026

10/03/2026

11/03/2026

12/03/2026

13/03/2026

ARROZ SALTEADO

SOPA DE PASTA

CREMA DE VERDURAS

FABAS ESTUFADAS

CREMA DE CABACIÑA

TAQUIÑOS DE POLO CON
GARAVANZOS

OVOS COCIDOS,
CHOURIZO

HAMBURGUESA CON
QUEIXO E TOMATE
GRELLADO

PESCADA Á PRANCHA

MACARRÓNS

CON XUDAS VERDES E
PATACAS COCIDAS

PATACAS FRITAS

ENSALADA TRICOLOR

CON BOLOÑESA DE ATÚN

FROITA

FROITA

FROITA-Lácteo

FROITA

FROITA

16/03/2026

17/03/2026

18/03/2026

19/03/2026

20/03/2026

CREMA DE CABAZA

SOPA DE VERDURAS CON
FIDEOS

VERDURAS SALTEADAS

POLO GUISADO

ESCALOPÍNS EN SALSA
DE CHAMPIÑÓNS

TORTILLA DE PATACA

FESTIVO

NON LETIVO

CON FIDEOS

ARROZ PILAF

ENSALADA DE TOMATE

FROITA

FROITA

FROITA

23/03/2026

24/03/2026

25/03/2026

26/03/2026

27/03/2026

REVOLTO DE ESPINACAS

CREMA VEXETAL

ENSALADA CON XUDIAS
VERDES

SOPA VEXETAL CON
FIDEOS

FABAS ESTUFADAS

PESCADA A GALEGA

POLO AO FORNO

ALBÓNDEGAS CON
TOMATE

GUIZO DE CARNE

SALMÓN EN SALSA

PATACAS CON ALLADA

ARROZ

PATACAS COCIDAS

CON VERDURAS

ESPAGUETES

FROITA

FROITA

LÁCTEO-Froita

FROITA

FROITA



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 visita: www.arumeservicios.com

Revisado: Marien Rodiño Fariña
Técnico Superior en Dietética y Nutrición
DNI 35472376 M