

ABRIL

MARISTAS



ARUME

COCINAMOS PARA TI

LUNS 03/04/2017	MARTES 04/01/2017	MERCORES 05/04/2017	XOVES 06/04/2017	VENRES 07/04/2017
ENSALADA DE PASTA	FABADA	SOPA	LENTEJAS	MACARRONES C/QUESO
CREMA ZANAHORIA	ENSALADA DE ATÚN	JUDÍAS CON BACON	COLIFLOR CON HUEVO	MARMITACO DE ATÚN
LOMO ADOBADO	HAMBURGUESAS	CHULETA SAJONA	ALBONDIGAS C/TOMATE	HUEVOS C/CROQUETAS
RAYA A LA GALLEGA	MERLUZA EN SALSA	RABAS DE CALAMAR	LIRIOS FRITOS	GUIISO DE CHOUPA
PATATA COCIDA	PATATAS FRITAS	ARROZ CON TOMATE	PATATA COCIDA	ENSALADA MIXTA
ENSALADA MIXTA	TOMATES ASADOS	PURÉ DE PATATA	ENSALADA MIXTA	ARROZ AL VAPOR
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO XANCEDA	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO
LUNS 10/04/2017	MARTES 11/04/2017	MÉRCORES 12/04/2017	XOVES 13/04/2017	VENRES 14/04/2017

SEMANA SANTA

LUNS 17/04/2017	MARTES 18/04/2017	MÉRCORES 19/04/2017	XOVES 20/04/2017	VENRES 21/04/2017
FESTIVO	ARROZ CON CARNE	LENTEJAS	ESPAGUETIS BOLOGNESE	SOPA DE VERDURAS
	CREMA DE CALABAZA	MENESTRA DE VERDURAS	JUDÍAS VERDES	GUISANTES C/JAMÓN
	SAN JACOBOS	MILANESA	TORTILLA DE PATATA	POLLO AL HORNO
	MERLUZA ORLY	CAELLA EN SALSA	ROTÍ DE PAVO	VARITAS DE PESCADO
	PATATA COCIDA	PATATAS FRITAS	ENSALADA DE ZANAHORIA	PATATAS FRITAS
	ENSALADA	PURÉ DE PATATA	PATATAS AL VAPOR	LECHUGA Y TOMATE
	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO
LUNS 24/04/2017	MARTES 25/04/2017	MERCORES 26/04/2017	XOVES 27/04/2017	VENRES 28/04/2017
CALDO GALLEGO	SOPA	PAELLA MIXTA	POTAJE DE GARBANZOS	LENTEJAS
CREMA DE ZANAHORIA	JUDIAS VERDES	COLES DE BRUSELAS	ENSALADA DE ATÚN	CREMA DE ESPINACAS
LOMO A LA PLANCHA	MILANESA DE POLLO	ESTOFADO DE TERNERA	HUEVOS C/SALCHICHAS TRUCHA	CHURRASCO
CANELONES	ROLLITO DE PRIMAVERA	CALAMARES	ASALMONADA	RABAS DE CALAMAR
ARROZ C/ TOMATE	PATATAS FRITAS	PATATAS AL VAPOR	ARROZ	ENSALADA MIXTA
PURÉ DE PATATAS	ENSALADA VARIADA	PATATA PARISINA	PATATA COCIDA	PATATAS FRITAS
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO



ARUME
COCINAMOS PARA TI

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 visite: www.arumeservicios.com

ABRIL

MARISTAS



ARUME
COCINAMOS PARA TI

MONDAY 03/04/2017	TUESDAY 04/01/2017	WEDNESDAY 05/04/2017	THURSDAY 06/04/2017	FRIDAY 07/04/2017
PASTA SALAD	SPANISH BEANS STEW	SOUP	LENTILS STEW	MACARONI WITH CHEESE
CARROT CREAM	TUNA SALAD	FRENCH BEANS WITH BACON	CAULIFLOWER WITH BOILED EGGS	TUNA STEW
MARINATED PORK LOIN	HAMBURGUER	CHOP SAXONY	MEATBALLS WITH TOMATO SAUCE	EGGS WITH CROQUETTE
STRIPE FISH "A LA GALLEGA"	HAKE IN SAUCE	DEEP FRIED SQUID SLICES	FRIED LILY FISH	CUTTLEFISH STEW
BOILED POTATOES	FRIED POTATOES	RICE W/TOMATO SAUCE	BOILED POTATOES	MIXED SALAD
MIXED SALAD	BAKED TOMATOES	MASHED POTATOES	MIXED SALAD	STEAMED RICE
FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY

MONDAY 10/04/2017	TUESDAY 11/04/2017	WEDNESDAY 12/04/2017	THURSDAY 13/04/2017	FRIDAY 14/04/2017
----------------------	-----------------------	-------------------------	------------------------	----------------------

EASTERN

MONDAY 17/04/2017	TUESDAY 18/04/2017	WEDNESDAY 19/04/2017	THURSDAY 20/04/2017	FRIDAY 21/04/2017
	RICE WITH MEAT	LENTILS STEW	SPAGHETTI BOLOGNESE	VEGETABLES SOUP
	PUMPKIN CREAM	VEGETABLE STEW	FRENCH BEANS	GREEN PEAS WITH HAM
	BREADCRUMBED FRIED HAM AND CHEESE	MILANESE	SPANISH OMELETTE	BAKED CHICKEN
	BATTERED HAKE FILETS	BLUE SHARK IN SAUCE	TURKEY ROTI	DEEP FRIED FISH STICKS
	BOILED POTATOES	FRIED POTATOES	CARROT SALAD	FRIED POTATOES
	SALAD	MASHED POTATOES	STEAMED POTATOES	LETTUCE AND TOMATO
	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY

MONDAY 24/04/2017	TUESDAY 25/04/2017	WEDNESDAY 26/04/2017	THURSDAY 27/04/2017	FRIDAY 28/04/2017
GALICIAN BROTH	SOUP	SEAFOOD AND MEAT PAELLA	CHICKPEAS STEW	LENTILS STEW
CARROT CREAM	FRENCH BEANS	BRUSSEL SPROUTS	TUNA SALAD	SPINACH CREAM
GRILLED PORK LOIN	CHICKEN MILANESE	BEEF STEW	EGGS WITH SAUSAGES	GRILLED STEAK
CANNELLONI	SPRING ROLLS	SQUIDS	SALMON TROUT	BATTERED SQUID STICKS
RICE WITH TOMATO SAUCE	FRIED POTATOES	STEAMED POTATOES	BOILED RICE	MIXED SALAD
MASHED POTATOES	MIXED SALAD	PARISIAN POTATOES	BOILED POTATOES	FRIED POTATOES
FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY



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 visite:

ABRIL

MARISTAS



ARUME
COCINAMOS PARA TI

LUNS 03/04/2017	MARTES 04/01/2017	MERCORES 05/04/2017	XOVES 06/04/2017	VENRES 07/04/2017
ENSLAADA DE ARROZ CREMA DE ZANAHORIA	FABADA	SOPA	LENTEJAS	MACARRONES C/QUESO
LOMO A LA PLANCHA	ENSALADA DE ATÚN	JUDÍAS CON BACON	COLIFLOR CON HUEVO	MARMITACO DE ATÚN
RAYA A LA GALLEGA	HAMBURGUESAS	CHULETA SAJONA	ALBÓNDIGAS C/ TOMATE	TORTILLA DE PATATA
PATATA COCIDA	MERLUZA EN SALSA	RABAS DE CALAMAR	LIRIOS FRITOS	GUISO DE CHOUPA
ENSALADA MIXTA	PATATAS FRITAS	ARROZ CON TOMATE	PATATA COCIDA	ENSALADA MIXTA
FROITA / LACTEO	TOMATES ASADOS	PURÉ DE PATATA	ENSALADA MIXTA	ARROZ AL VAPOR
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 10/04/2017 MARTES 11/04/2017 MÉRCORES 12/04/2017 XOVES 13/04/2017 VENRES 14/04/2017

SEMANA SANTA

LUNS 17/04/2017	MARTES 18/04/2017	MÉRCORES 19/04/2017	XOVES 20/04/2017	VENRES 21/04/2017
FESTIVO	ARROZ CON CARNE	LENTEJAS ⁶⁹	ESPAGUETIS BOLOGNESE	SOPA DE VERDURAS
	CREMA DE CALABAZA	MENESTRA DE VERDURAS	JUDÍAS VERDES	GUISANTES C/JAMÓN
	JAMÓN ASADO	FILETE A LA PLANCHA	TORTILLA DE PATATA	POLLO AL HORNO
	MERLUZA EN SALSA	CAELLA EN SALSA	ROTÍ DE PAVO	VARITAS DE PESCADO
	FI	PATATAS FRITAS	ENSALADA DE ZANAHORIA	PATATAS FRITAS
	ENSALADA	PURÉ DE PATATA	PATATAS AL VAPOR	LECHUGA Y TOMATE
	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 24/04/2017	MARTES 25/04/2017	MERCORES 26/04/2017	XOVES 27/04/2017	VENRES 28/04/2017
CALDO GALLEGO	SOPA	PAELLA MIXTA	POTAJE DE GARBANZOS	LENTEJAS
CREMA DE ZANAHORIA	JUDIAS VERDES	COLES DE BRUSELAS	ENSALADA DE ATÚN	CREMA DE ESPINACAS
LOMO A LA PLANCHA	FILETE DE POLLO	ESTOFADO DE TERNERA	HUEVOS C/ SALCHICHAS	CHURRASCO
			TRUCHA	
ARROZ C/ TOMATE	PATATAS FRITAS	PATATAS AL VAPOR	ASALMONADA	ENSALADA MIXTA
PURÉ DE PATATAS	ENSALADA VARIADA	PATATA PARISINA	ARROZ	PATATAS FRITAS
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	PATATA COCIDA	FROITA / LACTEO
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO



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 visite: www.arumeservicios.com