

FEBRERO

MARISTAS



ARUME
COCINAMOS PARA TI

LUNS 29/01/2018	MARTES 30/01/2018	MERCORES 31/01/2018	XOVES 01/02/2018	VENRES 02/02/2018
			MACARRONES C/ QUESO	PAELLA MIXTA
			BROCOLI C/ BACON	CREMA DE CALABAZA
			LOMO ADOBADO	NUGGETS DE POLLO
			CAELLA A LA PLANCHA	LIRIOS FRITOS
			PATATA AL VAPOR	ENSALADA VARIADA
			ENSALADA MIXTA	PATATAS COCIDAS
			FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 05/02/2018	MARTES 06/02/2018	MÉRCORES 07/02/2018	XOVES 08/02/2018	VENRES 09/02/2018
LENTEJAS C/CHORIZO	SOPA	CALDO GALLEGO	ENSALADA DE PASTA	SOPA DE COCIDO
COLIFLOR C/HUEVO COCIDO	GUISANTES C/ JAMÓN	CREMA DE ESPINACAS TORTILLA	SOPA DE PESCADO	CREMA DE ZANAHORIA
ALBONDIGAS	CHURRASCO	ESPAÑOLA MERLUZA A LA PLANCHA	ESTOFADO DE TERNERA VARITAS DE PESCADO	LACÓN
BACALAO	RABAS DE CALAMAR	PATATAS AL VAPOR	PATATA DADO	CHULETA SAJONIA
ARROZ AL VAPOR	PATATAS FRITAS	ENSALADA MIXTA	PURÉ DE PATATA	PATATAS COCIDAS
PURÉ DE PATATA	TOMATE ALIÑADO		FROITA / LACTEO	ENSALADA
			FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 12/02/2018	MARTES 13/02/2018	MÉRCORES 14/02/2018	XOVES 15/02/2018	VENRES 16/02/2018
	C A R N A V A L		MACARRONES GRATINADOS	LENTEJAS DE VERDURAS
			MENESTRA C/BACON	PISTO DE VERDURAS HUEVOS
			SAN JACOBOS	C/EMPANADILLAS
			MERLUZA ORLY	CAELLA AL HORNO
			ARROZ AL VAPOR	PATATAS COCIDAS
			PURÉ DE PATATA	ENSALADA MIXTA
			FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 19/02/2018	MARTES 20/02/2018	MERCORES 21/02/2018	XOVES 22/02/2018	VENRES 23/02/2018
ESPAGUETI BOLOGNESA CREMA DE VERDURAS	SOPA DE POLLO	POTAJE DE GARBANZOS	CALDO GALLEGO	SOPA DE VERDURAS
GUIZO DE PAVO	JUDIAS C/CHORIZO	ENSALADA DE ATÚN	GUISANTES C/JAMÓN	ENSALADA DE MAR
CALAMARES A LA ROMANA	MILANESA DE POLLO	LOMO A LA PLANCHA	TERNERA ESTOFADA	TORTILLA ESPAÑOLA
PATATA COCIDA	FLAMENQUINES	CANELONES	RABAS DE CALAMAR	MERLUZA A LA PLANCHA
LECHUGA Y TOMATE	PATATAS FRITAS	ARROZ C/ TOMATE	PATATAS PARISIEN	PATATAS AL VAPOR
FROITA / LACTEO	TOMATES ASADOS	PURÉ DE PATATAS	ENSALADA VARIADA	LECHUGA Y TOMATE
	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 26/02/2018	MARTES 27/02/2018	MÉRCORES 28/02/2018	XOVES	VENRES
FIDEOS C/ POLLO	SOPA DE AVE	CALDO GALLEGO		
CREMA DE ZANAHORIA	BROCOLI C/BACON	MENESTRA C/AJADA		
LOMO ADOBADO	RAXO C/PIMIENTOS	POLLO AL HORNO		
BACALAO EN SALSA	ROLLITOS DE PRIMAVERA	VARITAS MERLUZA		
PATATAS AL VAPOR	PATATAS FRITAS	ARROZ C/ TOMATE		
ENSALADA	PURÉ DE PATATA	ENSALADA MIXTA		
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

FEBRERO

MARISTAS



ARUME

COCINAMOS PARA TI

MONDAY 29/01/2018	TUESDAY 30/01/2018	WEDNESDAY 31/01/2018	THURSDAY 01/02/2018	FRIDAY 02/02/2018
			MACARONI WITH CHEESE	SEAFOOD AND MEAT PAELLA
			BROCCOLI WITH BACON	PUMKIN CREAM
			MARINATED PORK LOIN	CHICKEN NUGGETS
			GRILLED BLUE SHARK	BATTERED LILY FISH
			STEAMED POTATOES	MIXED SALAD
			MIXED SALAD	BOILED POTATOES
			FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY
MONDAY 05/02/2018	TUESDAY 06/02/2018	WEDNESDAY 07/02/2018	THURSDAY 08/02/2018	FRIDAY 09/02/2018
LENTILS STEW	CHICKEN SOUP	GALICIAN BROTH	PASTA SALAD	GALICIAN SOUP
CAULIFLOWER WITH BOILED EGG	GREEN PEAS WITH HAM	SPINACH CREAM	FISH SOUP	CARROT CREAM
MEATBALLS WITH SAUCE	GRILLED PORK CHOP	SPANISH OMELETTE	BEEF STEW	SHOULDER OF PORK
BAKED COD	BATTERED SQUID STICKS	GRILLED HAKE FILLETS	DEEP FRIED FISH STICKS	SAJONIAN CHOPS
STEAMED RICE	FRIED POTATOES	STEAMED POTATOES	DICE POTATOES	BOILED POTATOES
MASHED POTATOES	DRESSED TOMATO	MIXED SALAD	MASHED POTATOES	SALAD
FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY
MONDAY 12/02/2018	TUESDAY 13/02/2018	WEDNESDAY 14/02/2018	THURSDAY 15/02/2018	FRIDAY 16/02/2018
	C		GRATIN MACCARONI	LENTILS STEW
	A		VEGETABLES STEW WITH BACON	VEGETABLES STEW
	R		BREADCRUMBED FRIED HAM AND CHEESE	EGGS WITH SMALL PASTY
	N		BATTERED HAKE	BAKED BLUE SHARK
	A		STEAMED RICE	BOILED POTATOES
	V		MASHED POTATOES	MIXED SALAD
	A		FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY
	L			
MONDAY 19/02/2018	TUESDAY 20/02/2018	WEDNESDAY 21/02/2018	THURSDAY 22/02/2018	FRIDAY 23/02/2018
SPAGHETTI BOLOGNESE	CHICKEN SOUP	CHICKPEA STEW	GALICIAN BROTH	VEGETABLES SOUP
VEGETABLES CREAM	FRENCH BEANS WITH SAUCE	TUNA SALAD	GREEN PEAS WITH HAM	SEAFOOD SALAD
TURKEY STEW	CHICKEN MILANESE	GRILLED PORK LOIN	BEEF STEW	SPANISH OMELETTE
BATTERED SQUID RINGS	FLAMENQUINES	CANNELLONI	BATTERED SQUID STICKS	GRILLED HAKE FILLETS
BOILED POTATOES	FRIED POTATOES	RICE WITH TOMATO SAUCE	PARISIEN POTATOES	STEAMED POTATOES
LETTUCE AND TOMATOES	BAKED TOMATOES	MASHED POTATOES	MIXED SALAD	LETTUCE AND TOMATOES
FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY
MONDAY 26/02/2018	TUESDAY 27/02/2018	WEDNESDAY 28/02/2018	THURSDAY	FRIDAY
VERMICELLI WITH CHICKEN MEAT	CHICKEN SOUP	GALICIAN BROTH		
CARROT CREAM	BROCCOLI WITH BACON	VEGETABLES STEW WITH GARLIC AND PAPRIKA SAUCE		
MARINATED PORK LOIN	FRIED PORK LOIN WITH PEPPER	BAKED CHICKEN		
COD IN SAUCE	SPRING ROLLS	BATTERED HAKE STICKS		
STEAMED POTATOES	FRIED POTATOES	RICE WITH TOMATO SAUCE		
SALAD	MASHED POTATOES	MIXED SALAD		
FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY			



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

FEBRERO

MARISTAS



ARUME

COCINAMOS PARA TI

LUNS 29/01/2018	MARTES 30/01/2018	MÉRCORES 31/01/2018	XOVES 01/02/2018	VENRES 02/02/2018
			MACARRONES C/QUESO	PAELLA MIXTA
			BROCOLI C/BACON	CREMA CALABAZA
			LOMO ADOBADO	POLLO AL HORNO
			CAELLA PLANCHA	
			PATTAS AL VAPOR	ENSALADA VARIADA
			ENSALADA MIXTA	PATATA COCIDA
			FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 05/02/2018	MARTES 06/02/2018	MÉRCORES 07/02/2018	XOVES 08/02/2018	VENRES 09/02/2018
LENTEJAS C/CHORIZO	SOPA	CALDO GALLEGO	ENSALADA DE ARROZ	SOPA DE COCIDO
COLIFLOR C/HUEVO	GUISANTES C/JAMÓN	CREMA DE ESPINACAS	SOPA DE PESCADO	CREMA DE ZANAHORIA
ALBÓNDIGAS	CHURRASCO	TORTILLA ESPAÑOLA	ESTOFADO DE TERNERA	LACON
BACALAO		MERLUZA A LA PLANCHA		CHULETA SAJONIA
ARROZ	PATATAS FRITAS	PATATAS AL VAPOR	PATATA DADO	PATATA COCIDA
PURÉ DE PATATA	ENSALADA MIXTA	ENSALADA	PURÉ DE PATATA	ENSALADA VARIADA
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 12/02/2018	MARTES 13/02/2018	MÉRCORES 14/02/2018	XOVES 15/02/2018	VENRES 16/02/2018
C A R N A V A L			MACARRONES C/TOMATE	LENTEJAS C/VERDURAS
			MENESTRA C/BACON	PISTO DE VERDURAS
			LOMO A LA PLANCHA	TORTILLA ESPAÑOLA
			MERLUZA EN SALSA	CAELLA AL HORNO
			ARROZ AL VAPOR	PATATA COCIDA
			PURÉ DE PATATA	ENSALADA MIXTA
			FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 19/02/2018	MARTES 20/02/2018	MÉRCORES 21/02/2018	XOVES 22/02/2018	VENRES 23/02/2018
ESPAGUETI BOLOGNESE	SOPA DE POLLO	POTAJE DE GARBANZOS	CALDO GALLEGO	SOPA DE VERDURAS
CREMA VERDURAS	JUDIAS C/CHORIZO	ENSALADA DE ATÚN	GUISANTES C/JAMÓN	ENSALADA DE MAR
GUIISO DE PAVO	FILETE DE POLLO	LOMO A LA PLANCHA	TERNERA ESTOFADA	TORTILLA ESPAÑOLA
				MERLUZA A LA PLANCHA
PATATA COCIDA	PATATAS FRITAS	ARROZ C/TOMATE	PATATA PARISIEN	PATATAS AL VAPOR
ENSALADA MIXTA	TOMATES ASADOS	PURÉ DE PATATA	ENSALADA VARIADA	LECHUGA Y TOMATE
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 26/02/2018	MARTES 27/02/2018	MÉRCORES 28/02/2018	XOVES	VENRES
FIDEOS C/POLLO	SOPA	CALDO GALLEGO		
CREMA DE ZANAHORIA	BROCOLI C/BACON	MENESTRA DE VERDURAS		
LOMO ADOBADO	RAXO C/PIMIENTOS	POLLO AL HORNO		
BACALAO EN SALSA				
PATATAS AL VAPOR	PATATAS FRITAS	ARROZ C/TOMATE		
ENSALADA MIXTA	PURÉ DE PATATAS	ENSALADA VARIADA		
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