

MARZO

MARISTAS



ARUME

COCINAMOS PARA TI

LUNS 26/02/2018	MARTES 27/02/2018	MERCORES 28/02/2018	XOVES 01/03/2018	VENRES 02/03/2018
			SOPA DE PESCADO	POTAJE DE GARBANZOS
			ESPAGUETIS BOLOGNESE	ENSALADA DE MAR
			SAN JACOBOS	HUEVOS C/EMPANADILLAS
			BACALAO BILBAINA	LIRIOS FRITOS
			ENSALADA	ARROZ C/TOMATE
			PATATAS AL VAPOR	PATATA COCIDA
			FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO
LUNS 05/03/2018	MARTES 06/03/2018	MÉRCORES 07/03/2018	XOVES 08/03/2018	VENRES 09/03/2018
LENTEJAS CASERAS	SOPA DE POLLO	CALDO GALLEGO	F E S T I V O	MACARRONES C/QUESO
COLIFLOR C/BECHAMEL ALBONDIGAS JARDINERA	GUISANTES C/JAMÓN	CREMA DE ZANAHORIA		MENESTRA DE VERDURAS
MERLUZA PLANCHA	MILANESA	TERNERA ESTOFADA		TORTILLA ESPAÑOLA
PATATA COCIDA	CANELONES	CALAMARES A LA ROMANA		CAELLA EN SALSA
ENSALADA MIXTA	PATATAS FRITAS	PATATAS DADO		PATATAS AL VAPOR
FROITA / LACTEO	PURÉ DE PATATA	ENSALADA VARIADA		ENSALADA
	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO		FROITA / LACTEO
LUNS 12/03/2018	MARTES 13/03/2018	MÉRCORES 14/03/2018	XOVES 15/03/2018	VENRES 16/03/2018
ESPAGUETI BOLOGNESE CREMA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	POTAJE DE GARBANZOS	ENSALADA DE PASTA	ARROZ C/VERDURAS
GUIZO DE PAVO	BROCOLI CON AJADA	ENSALADA DE ATÚN	CREMA DE ZANAHORIA	COLIFLOR C/AJADA
VARITAS DE PESCADO	CHULETA SAJONIA	POLLO AL HORNO	RAXO C/PIMIENTOS	TORTILLA ESPAÑOLA
ARROZ C/ TOMATE	RABAS DE CALAMAR	FLAMENQUINES	CAELLA EN SALSA	MERLUZA A LA PLANCHA
ENSALADA MIXTA	PATATAS FRITAS	ARROZ AL VAPOR	PATATAS FRITAS	ENSALADA MIXTA
FROITA / LACTEO	PURÉ DE PATATA	LECHUGA Y TOMATE	TOMATE	PURÉ DE PATATA
	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO
LUNS 19/03/2018	MARTES 20/03/2018	MERCORES 21/03/2018	XOVES 22/03/2018	VENRES 23/03/2018
ENSALADA DE ARROZ	SOPA DE VERDURAS	CALDO GALLEGO	LENTEJAS CASERAS	ESPAGUETIS C/PISTO
GUISANTES C/JAMÓN	JUDIAS C/CHORIZO	CREMA DE PUERRO	MENESTRA DE VERDURAS	CREMA DE CALABAZA
NUGGETS DE POLLO	LOMO ADOBADO	FAJITAS C/POLLO	JAMÓN ASADO	HUEVOS C/CROQUETAS
RAYA FRITA	CALAMARES A LA ROMANA	VARITAS DE PESCADO	RAYA A LA GALLEGA	BACALAO EN SALSA
PATATA COCIDA	PATATA COCIDA	ARROZ AL VAPOR	PATATA DADO	PATATA COCIDA
ENSALADA	LECHUGA Y TOMATE	ENSALADA MIXTA	ENSALADA VARIADA	PURÉ DE PATATA
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO
LUNS 26/03/2018	MARTES 27/03/2018	MÉRCORES 28/03/2018	XOVES 29/03/2018	VENRES 30/03/2018

SEMANA SANTA

MARCH

MARISTAS



ARUME
COCINAMOS PARA TI

MONDAY 26/02/2018	TUESDAY 27/02/2018	WEDNESDAY 28/02/2018	THURSDAY 01/03/2018	FRIDAY 02/03/2018
			FISH SOUP	CHICKPEAS STEW
			SPAGHETTI BOLOGNESE	SEAFOOF SALAD
			BREADCRUMBED FRIED HAM AND CHEESE	EGGS WITH SMALL PASTY
			COD "A LA BILBAINA"	DEEP FRIED LILY FISH
			MIXED SALAD	RICE WITH TOMATO SAUCE
			STEAMED POTATOES	BOILED POTATOES
			FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY
MONDAY 05/03/2018	TUESDAY 06/03/2018	WEDNESDAY 07/03/2018	THURSDAY 08/03/2018	FRIDAY 09/03/2018
LENTILS STEW	CHICKEN SOUP	GALICIAN BROTH	W	MACARONI WITH CHEESE
CAULIFLOWER WITH BECHAMEL MEATBALLS WITH VEGETABLES GRILLED HAKE FILLETS	GREEN PEAS WITH HAM	CARROT CREAM	O	VEGETABLE STEW
MIXED SALAD	MILANESE	BEEF STEW	M	SPANISH OMELETTE
BOILED POTATOES	CANNELLONI	BATTERED SQUID RINGS	A	BLUE SHARK WITH SAUCE
FRUIT/DAIRY	FRIED POTATOES	DICE POTATOES	N	STEAMED POTATOES
	MASHED POTATOES	SALAD	S	SALAD
	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	D	FRUIT/DAIRY
			A	
			Y	
MONDAY 12/03/2018	TUESDAY 13/03/2018	WEDNESDAY 14/03/2018	THURSDAY 15/03/2018	FRIDAY 16/03/2018
SPAGHETTI BOLOGNESE	VEGETABLE SOUP	CHICKPEAS STEW	PASTA SALAD	RICE WITH VEGETABLES CAULIFLOWER WITH GARLIC AND PAPRIKA
VEGETABLES CREAM	BROCCOLI WITH GARLIC AND PAPRIKA SAUCE	TUNA SALAD	CARROT CREAM	SPANISH OMELETTE
TURKEY STEW	SAJONIAN'S PORK CHOP	BAKED CHICKEN	FRIED PORK LOIN WITH PEPPER	GRILLED HAKE FILLETS
BATTERED FISH STICKS	BATTERED SQUID STICKS	FLAMENQUINES	BLUE SHARK WITH SAUCE	MIXED SALAD
MIXED SALAD	FRIED POTATOES	STEAMED POTATOES	FRIED POTATOES	MASHED POTATOES
RICE WITH TOMATO SAUCE	MASHED POTATOES	LETTUCE AND TOMATOES	TOMATO SALAD	FRUIT/DAIRY
FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY
MONDAY 19/03/2018	TUESDAY 20/03/2018	WEDNESDAY 21/03/2018	THURSDAY 22/03/2018	FRIDAY 23/03/2018
RICE SALAD	VEGETABLE SOUP	GALICIAN BROTH	LENTILS STEW	SPAGHETTI WITH VEGETABLES
GREEN PEAS WITH HAM	FRENCH BEANS WITH SAUSAGE	LEEK CREAM	VEGETABLES STEW	PUMKIN CREAM
CHICKEN NUGGETS	MARINATED PORK LOIN	CHICKEN FAJITAS	BAKED HAM	EGGS WITH CROQUETES
FRIED STINGRAY	BATTERED SQUID RINGS	DEEP FRIED FISH STICKS	STINGRAY "A LA GALLEGA"	COD IN SAUCE
BOILED POTATOES	BOILED POTATOES	STEAMED RICE	MIXED SALAD	BOILED POTATOES
SALAD	LETTUCE AND TOMATOES	MIXED SALAD	DICE POTATOES	MASHED POTATOES
FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY
MONDAY 26/03/2018	TUESDAY 27/03/2018	WEDNESDAY 28/03/2018	THURSDAY 29/03/2018	FRIDAY 30/03/2018

EASTERN



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

MARZO

MARISTAS



ARUME

COCINAMOS PARA TI

LUNS 26/02/2018	MARTES 27/02/2018	MERCORES 28/02/2018	XOVES 01/03/2018	VENRES 02/03/2018
			SOPA DE PESCADO	POTAJE DE GARBANZOS
			ESPAGUETIS BOLOGNESE	ENSALADA DE ATÚN
			LOMO A LA PLANCHA	HUEVOS FRITOS
			BACALAO BILBAINA	MERLUZA A LA GALLEGA
			ENSALADA	ARROZ C/TOMATE
			PATATAS AL VAPOR	PATATA COCIDA
			FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO
LUNS 05/03/2018	MARTES 06/03/2018	MÉRCORES 07/03/2018	XOVES 08/03/2018	VENRES 09/03/2018
LENTEJAS CASERAS	SOPA DE POLLO	CALDO GALLEGO	F E S T I V O	MACARRONES C/QUESO
COLIFLOR C/AJADA	GUISANTES C/JAMÓN	CREMA DE ZANAHORIA		MENESTRA DE VERDURAS
ALBONDIGAS JARDINERA	FILETE A LA PLANCHA	TERNERA ESTOFADA		TORTILLA ESPAÑOLA
MERLUZA PLANCHA				CAELLA EN SALSA
PATATA COCIDA	PATATAS FRITAS	PATATAS DADO		PATATAS AL VAPOR
ENSALADA MIXTA	PURÉ DE PATATA	ENSALADA VARIADA		ENSALADA
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO		FROITA / LACTEO
LUNS 12/03/2018	MARTES 13/03/2018	MÉRCORES 14/03/2018	XOVES 15/03/2018	VENRES 16/03/2018
ESPAGUETI BOLOGNESE CREMA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	POTAJE DE GARBANZOS	ENSALADA DE ARROZ CREMA DE ZANAHORIA	ARROZ C/VERDURAS
GUISO DE PAVO	BROCOLI CON AJADA	ENSALADA DE ATÚN	RAXO C/PIMIENTOS	COLIFLOR C/AJADA
	CHULETA SAJONIA	POLLO AL HORNO	CAELLA EN SALSA	TORTILLA ESPAÑOLA
		FLAMENQUINES	PATATAS FRITAS	MERLUZA A LA PLANCHA
ARROZ C/ TOMATE	PATATAS FRITAS	ARROZ AL VAPOR	TOMATE	ENSALADA MIXTA
ENSALADA MIXTA	PURÉ DE PATATA	LECHUGA Y TOMATE	FROITA / LACTEO	PURÉ DE PATATA
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO
LUNS 19/03/2018	MARTES 20/03/2018	MERCORES 21/03/2018	XOVES 22/03/2018	VENRES 23/03/2018
ENSALADA DE ARROZ	SOPA DE VERDURAS	CALDO GALLEGO	LENTEJAS CASERAS	ESPAGUETIS C/PISTO CREMA DE CALABAZA
GUISANTES C/JAMÓN	JUDIAS C/CHORIZO	CREMA DE PUERRO	MENESTRA DE VERDURAS	HUEVOS FRITOS
POLLO AL HORNO	LOMO ADOBADO	MERLUZA A LA PLANCHA	JAMÓN ASADO	BACALAO EN SALSA
RAYA FRITA		FILETE DE POLLO A LA PLANCHA	RAYA A LA GALLEGA	PATATA COCIDA
PATATA COCIDA	PATATA COCIDA	PATATAS FRITAS	PATATA DADO	PURÉ DE PATATA
ENSALADA	LECHUGA Y TOMATE	ENSALADA MIXTA	ENSALADA VARIADA	FROITA / LACTEO
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO
LUNS 26/03/2018	MARTES 27/03/2018	MÉRCORES 28/03/2018	XOVES 29/03/2018	VENRES 30/03/2018

SEMANA SANTA