

ABRIL

MARISTAS



ARUME
COCINAMOS PARA TI

LUNS 01/04/2019	MARTES 02/04/2019	MERCORES 03/04/2019	XOVES 04/04/2019	VENRES 05/04/2019
ESPAGUETIS BOLOGNESE	SOPA DE POLLO	ARROZ MILANESA	FABADA	ENSALADA DE ATUN
COLIFLOR A LA GALLEGA	CREMA DE HORTALIZAS	CREMA DE AVE	ENSALADA DE ZANAHORIA Y PEPINO	COLES DE BRUSELAS
SAN JACOBO	POLLO ASADO	NUGGET DE POLLO	RAXO CON PIMIENTOS	TORTILLA
MERLUZA AL HORNO	PALOMETA CON TOMATE	ROTTI DE PAVO	RAYA A LA GALLEGA	GUIISO DE CHOUPA
PATATA COCIDA	PATATA FRITA	ENSALADA	PATATA FRITA	PISTO
ENSALADA	PIMIENTO ASADO	PURE DE PATATA	BERENJENA AL HORNO	CHAMPIÑONES
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 08/04/2019	MARTES 09/04/2019	MÉRCORES 10/04/2019	XOVES 11/04/2019	VENRES 12/04/2019
SOPA JULIANA	POTAJE DE GARBANZOS	LENTEJAS	PATATAS RIOJANA	MACARRONES CON ATUN
CREMA DE CALABAZA	ESPINACAS GRATINADAS	CREMA DE ESPARRAGOS	MENESTRA	JUDIAS CON AJADA
LOMO ADOBADO	POLLO AL AJILLO	HUEVOS CON CROQUETAS	CALAMARES	VARITAS DE MERLUZA
BACALAO AL HORNO	LIRIOS	ROTTI DE PAVO	ROLLITOS DE PRIMAVERA	PEZ ESPADA
ARROZ	PATATA FRITA	ARROZ CON TOMATE	ENSALADA	PATATA COCIDA
TOMATE ASADO	CALABACIN AL HORNO	ALCACHOFAS SALTEADAS	PURE DE ZANAHORIA	PIMIENTO MORRON
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 15/04/2019	MARTES 16/04/2019	MÉRCORES 17/04/2019	XOVES 18/04/2019	VENRES 19/04/2019

LUNS 22/04/2019	MARTES 23/04/2019	MERCORES 24/04/2019	XOVES 25/04/2019	VENRES 26/04/2019
	ENSALADA MARINERA	SOPA MARAVILLA	CALDO	FIDEUA
	CREMA DE VERDURAS	SALPICON	CREMA DE ZANAHORIA	COLIFLOR AL HORNO
	ALBONDIGAS	MILANESA DE POLLO	TORTILLA	LOMO FRESCO A LA PLANCHA
	XURELOS	PESCADILLA FRITA	GUIISO DE PESCADO	FLAMENQUINES
	ARROZ	PATATA FRITA	ENSALADA	PATATA FRITA
	PISTO	PIMIENTO ASADO	CALABACIN	JUDIAS
	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 29/04/2019	MARTES 30/04/2019	MÉRCORES	XOVES	VENRES
SOPA DE LETRAS	PATATA ALI OLI			
ESPINACAS CON BACON	GUISANTES CON JAMON			
REVUELTO DE YORK	RABAS			
GALLOS FRITOS	ROTTI DE PAVO			
ENSALADA	ARROZ BLANCO			
PATATA COCIDA	TOMATE ASADO			
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO			



ARUME

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

APRIL

MARISTAS



ARUME

COCINAMOS PARA TI

MONDAY 01/04/2019	TUESDAY 02/04/2019	WEDNESDAY 03/04/2019	THURSDAY 04/04/2019	FRIDAY 05/04/2019
SPAGHETTI BOLOGNESE	CHICKEN SOUP	MILANESE RICE	BEANS STEW	TUNA SALAD
CAULIFLOWER WITH "GALLEGA" SAUCE	VEGETABLES CREAM	BROTH CREAM	CARROT AND CUCUMBER SALAD	BRUSSEL SPROUTS
BREADCRUMBED FRIED HAM AND CHEESE	BAKED CHICKEN	CHICKEN NUGGETS	FRIED PORK LOIN WITH PEPPER	SPANISH OMELETTE
BAKED HAKE FILLET	POMFRET FISH WITH TOMATO SAUCE	TURKEY ROTTI	STINGRAY "A LA GALLEGA"	CUTTLEFISH STEW
BOILED POTATOES	FRIED POTATOES	SALAD	FRIED POTATOES	VEGETABLE RATATOUILLE
SALAD	BAKED PEPPERS	MASHED POTATOES	BAKED EGGPLANT	MUSHROOMS
FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY
MONDAY 08/04/2019	TUESDAY 09/04/2019	WEDNESDAY 10/04/2019	THURSDAY 11/04/2019	FRIDAY 12/04/2019
DICED VEGETABLES SOUP	CHECKPEA STEW	LENTILS STEW	POTATOES "A LA RIOJANA"	MACARONI WITH TUNA
PUMKIN CREAM	GRATIN SPINACH	ASPARAGUS CREAM	VEGETABLE STEW	FRENCH BEANS WITH GARLIC AND PAPRIKA
MARINATED PORK LOIN	BAKED CHICKEN WITH GARLIC	EGGS WITH CROQUETES	SQUID	BATTERED HAKE STICKS
BACKED COD	LILY FISH	TURKEY ROTTI	SPRING ROLLS	SWORDFISH FISH
RICE	FRIED POTATOES	RICE WITH TOMATO SAUCE	SALAD	BOILED POTATOES
BAKED TOMATOES	BAKED ZUCCINI	SAUTÉ ARTICHOSES	CARROT PURÉ	BELL PEPPER
FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY
MONDAY 15/04/2019	TUESDAY 16/04/2019	WEDNESDAY 17/04/2019	THURSDAY 18/04/2019	FRIDAY 19/04/2019
MONDAY 22/04/2019	TUESDAY 23/04/2019	WEDNESDAY 24/04/2019	THURSDAY 25/04/2019	FRIDAY 26/04/2019
	SEAFOOD SALAD	MARVELOUS SOUP	GALICIAN BROTH	FIDEGUÁ
	VEGETABLE CREAM	COCKTAIL SALAD	CARROT CREAM	BACKED CAULIFLOWER
	MEATBALLS WITH SAUCE	CHICKENMILANESE	SPANISH OMELETTE	GRILLED PORK LOIN
	HORSE MACKEREL	WHITING FISH	FISH STEW	FLAMENQUINES
	RICE	FRIED POTATOES	SALAD	FRIED POTATOES
	VEGETABLE RATATOUILLE	BAKED PEPPERS	COURGETTE	FRENCH BEANS
	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY
MONDAY 29/04/2019	TUESDAY 30/04/2019	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
LETTER PASTA SOUP	POTATOES WITH ALI-OLI SAUCE			
SPINACH WITH BACON	GREENPEAS WITH HAM			
SCRAMBLED EGGS WITH YORK HAM	DEEP FRIED SQUID STICKS			
FRIED SOLE FISH	TURKEY ROTTI			
SALAD	BOILED RICE			
BOILED POTATOES	BAKED TOMATOES			
FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY			



ARUME

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

CELIACOS

MARISTAS



ARUME

COCINAMOS PARA TI

LUNS 01/04/2019	MARTES 02/04/2019	MERCORES 03/04/2019	XOVES 04/04/2019	VENRES 05/04/2019
ESPAGUETTI BOLOGNESE	SOPA DE POLLO	ARROZ MILANESA	FABADA	ENSALADA DE ATUN
MERLUZA AL HORNO	POLLO ASADO	CONEJO	RAYA A LA GALLEGA	GUIISO DE CHOUPA
ENSALADA	PATATA FRITA	ENSALADA	BERENJENA AL HORNO	PISTO
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 08/04/2019	MARTES 09/04/2019	MÉRCORES 10/04/2019	XOVES 11/04/2019	VENRES 12/04/2019
SOPA JULIANA	POTAJE DE GARBANZOS	LENTEJAS	PATATAS RIOJANA	MACARRONES CON ATUN
BACALAO AL HORNO	POLLO AL AJILLO	HUEVOS CON SALCHICHAS	LOMO A LA PLANCHA	PEZ ESPADA
ARROZ	PATATA FRITA	ARROZ CON TOMATE	ENSALADA	PATATA COCIDA
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 15/04/2019	MARTES 16/04/2019	MÉRCORES 17/04/2019	XOVES 18/04/2019	VENRES 19/04/2019

LUNS 22/04/2019	MARTES 23/04/2019	MERCORES 24/04/2019	XOVES 25/04/2019	VENRES 26/04/2019
	CREMA DE VERDURAS	SOPA MARAVILLA	CALDO	FIDEUA
	XURELOS	POLLO A LA PLANCHA	GUIISO DE PESCADO	LOMO FRESCO A LA PLANCHA
	PISTO	PATATA FRITA	ENSALADA	
	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 29/04/2019	MARTES 30/04/2019	MÉRCORES	XOVES	VENRES
SOPA DE LETRAS	GUIISANTES DE JAMON			
REVUELTO DE YORK	ROTTI DE PAVO			
ENSALADA	ARROZ BLANCO			
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO			



ARUME

garante que estes menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade. Se desexa consultar o menú online visite: www.arumeservicios.com

SIN HUEVO

MARISTAS



ARUME

COCINAMOS PARA TI

LUNS 01/04/2019	MARTES 02/04/2019	MERCORES 03/04/2019	XOVES 04/04/2019	VENRES 05/04/2019
ESPAGUETTI BOLOGNESA	SOPA DE POLLO	ARROZ MILANESA	FABADA	ENSALADA DE ATUN
MERLUZA AL HORNO	POLLO ASADO	CONEJO	RAYA A LA GALLEGA	GUIZO DE CHOUPA
ENSALADA	PATATA FRITA	ENSALADA	BERENJENA AL HORNO	PISTO
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 08/04/2019	MARTES 09/04/2019	MÉRCORES 10/04/2019	XOVES 11/04/2019	VENRES 12/04/2019
SOPA JULIANA	POTAJE DE GARBANZOS	LENTEJAS	PATATAS RIOJANA	MACARRONES CON ATUN
BACALAO AL HORNO	POLLO AL AJILLO	ROLLITOS DE PRIMAVERA	LOMO A LA PLANCHA	PEZ ESPADA
ARROZ	PATATA FRITA	ARROZ CON TOMATE	ENSALADA	PATATA COCIDA
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 15/04/2019	MARTES 16/04/2019	MÉRCORES 17/04/2019	XOVES 18/04/2019	VENRES 19/04/2019

LUNS 22/04/2019	MARTES 23/04/2019	MERCORES 24/04/2019	XOVES 25/04/2019	VENRES 26/04/2019
	CREMA DE VERDURAS	SOPA MARAVILLA	CALDO	FIDEUA
	XURELOS	POLLO A LA PLANCHA	GUIZO DE PESCADO	LOMO FRESCO A LA PLANCHA
	PISTO	PATATA FRITA	ENSALADA	
	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 29/04/2019	MARTES 30/04/2019	MÉRCORES	XOVES	VENRES
SOPA DE LETRAS	GUI SANTES DE JAMON			
GALLOS FRITOS	ROTTI DE PAVO			
ENSALADA	ARROZ BLANCO			
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO			



ARUME

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

SIN LACTOSA

MARISTAS



ARUME

COCINAMOS PARA TI

LUNS 01/04/2019	MARTES 02/04/2019	MERCORES 03/04/2019	XOVES 04/04/2019	VENRES 05/04/2019
ESPAGUETTI BOLOGNESE	SOPA DE POLLO	ARROZ MILANESA	FABADA	ENSALADA DE ATUN
MERLUZA AL HORNO	POLLO ASADO	CONEJO	RAYA A LA GALLEGA	GUIISO DE CHOUPA
ENSALADA	PATATA FRITA	ENSALADA	BERENJENA AL HORNO	PISTO
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 08/04/2019	MARTES 09/04/2019	MÉRCORES 10/04/2019	XOVES 11/04/2019	VENRES 12/04/2019
SOPA JULIANA	POTAJE DE GARBANZOS	LENTEJAS	PATATAS RIOJANA	MACARRONES CON ATUN
BACALAO AL HORNO	POLLO AL AJILLO	HUEVOS CON SALCHICHAS	LOMO A LA PLANCHA	PEZ ESPADA
ARROZ	PATATA FRITA	ARROZ CON TOMATE	ENSALADA	PATATA COCIDA
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 15/04/2019	MARTES 16/04/2019	MÉRCORES 17/04/2019	XOVES 18/04/2019	VENRES 19/04/2019

LUNS 22/04/2019	MARTES 23/04/2019	MERCORES 24/04/2019	XOVES 25/04/2019	VENRES 26/04/2019
	CREMA DE VERDURAS	SOPA MARAVILLA	CALDO	FIDEUA
	XURELOS	POLLO A LA PLANCHA	GUIISO DE PESCADO	LOMO FRESCO A LA PLANCHA
	PISTO	PATATA FRITA	ENSALADA	
	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO

LUNS 29/04/2019	MARTES 30/04/2019	MÉRCORES	XOVES	VENRES
SOPA DE LETRAS	GUIISANTES DE JAMON			
GALLOS FRITOS	ROTTI DE PAVO			
ENSALADA	ARROZ BLANCO			
FROITA / LACTEO	FROITA / LACTEO			



ARUME

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