

DICIEMBRE

MARISTAS



ARUME

COCINAMOS PARA TI

LUNS 03/12/2018	MARTES 04/12/2018	MÉRCORES 05/12/2018	XOVES 06/12/2018	VENRES 07/12/2018
CALDO GALLEGO	SOPA DE POLLO	ESPAGUETTI BOLOÑESA		
COLIFLOR A LA GALLEGA	MENESTRA	CREMA DE PUERROS		
BACALAO CON TOMATE	PAVO ESTOFADO	LIRIOS A LA ROMANA	FESTIVO	NO LECTIVO
ESTOFADO DE TERNERA	MILANESA DE CERDO	POLLO AL AJILLO		
ARROZ	PATATAS FRITAS	PATATA COCIDA		
CHAMPÑONES SALTEADOS	TOMATE ASADO	PIMIENTO ASADO		
FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO		
LUNS 10/12/2018	MARTES 11/12/2018	MÉRCORES 12/12/2018	XOVES 13/12/2018	VENRES 14/12/2018
SOPA DE PESCADO	POTAJE DE GARBANZOS	CODITOS NAPOLITANA	FABADA	PAELLA MIXTA
GUISANTES CON JAMON	CREMA DE CALABAZA	BRECOL CON BACON	SALPICON	CREMA DE ESPINACAS
ALBONDIGAS JARDINERA	MILANESA DE POLLO	HUEVOS CON EMPANADILLAS	RAXO	SAN JACOBOS
ROLLITOS DE PRIMAVERA	VARITAS DE MERLUZA	MERLUZA AL HORNO	CARIOCA FRITA	ROTTI DE PAVO
ARROZ	ENSALADA	ARROZ CON TOMATE	PATATAS FRITAS	PISTO
CALABACIN AL HORNO	PATATAS FRITAS	PURE DE PATATA	BERENJENA A LA PLANCHA	PATATAS COCIDA
FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO
LUNS 17/12/2018	MARTES 18/12/2018	MÉRCORES 19/12/2018	XOVES 20/12/2018	VENRES 21/12/2018
ESPIRALES GRATINADOS	LENTEJAS	SOPA BULLABESA	ENSALADA MARINERA CON SALSA ROSA	SOPA JULIANA
COLES CON JAMON	JUDIAS CON CHORIZO	CREMA DE APIO	CREMA DE VERDURAS	ENSALADA DE TOMATE
RABAS	SALMON ALIOLI	FLAMENQUINES	PIZZA CON SALCHICHAS	HAMBURGUESAS
RAYA A LA GALLEGA	TORTILLA	POLLO ASADO	MERLUZA A LA ROMANA	CAELLA AL HORNO
ARROZ	ENSALADA	PATATAS FRITAS	PATATA COCIDA	PATATAS FRITAS
TOMATE ASADO	PURE DE ZANAHORIA	PIMIENTO ASADO	CHAMPIÑONES	PURÉ DE PATATA
FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / 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](http://www.arumeservicios.com)

DECEMBER

MARISTAS



ARUME  
COCINAMOS PARA TI

MONDAY 03/12/2018	TUESDAY 04/12/2018	WEDNESDAY 05/12/2018	THURSDAY 06/12/2018	FRIDAY 07/12/2018
GALICIAN BROTH	CHICKEN SOUP	SPAGHETTI BOLOGNESE		
CAULIFLOWER WITH "GALLEGA" SAUCE	VEGETABLE STEW	LEEK CREAM		
COD WITH TOMATO SAUCE	TURKEY STEW	BATTERED LILY FISH		
BEEF STEW	PORK MEAT MILANESE	BAKED CHICKEN WITH GARLIC		
RICE	FRIED POTATOES	BOILED POTATOES		
SAUTÉ MUSHROOMS	BAKED TOMATOES	BAKED PEPPERS		
FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY		
MONDAY 10/12/2018	TUESDAY 11/12/2018	WEDNESDAY 12/12/2018	THURSDAY 13/12/2018	FRIDAY 14/12/2018
FISH SOUP	CHICKPEAS STEW	NAPOLITANA PASTA	BEANS STEW	SEAFOOD AND MEAT PAELLA
GREENPEAS WITH HAM	PUMKIN CREAM	BROCCOLI WITH BACON	COCKTAIL SALAD	SPINACH CREAM
MEATBALLS WITH VEGETABLES AND	CHICKEN MILANESE	EGGS WITH SMALL PASTY	FRIED PORK LOIN	BREADCRUMBED FRIED HAM AND CHEESE
SPRING ROLLS	DEEP FRIED HAKE STICKS	BAKED HAKE FILLET	FRIED BLUE WHITING	TURKEY ROTTI
RICE	SALAD	RICE WITH TOMATO SAUCE	FRIED POTATOES	VEGETABLE RATATOUILLE
BAKED ZUCCINI	FRIED POTATOES	MASHED POTATOES	GRILLED EGGPLANT	BOILED POTATOES
FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY
MONDAY 17/12/2018	TUESDAY 18/12/2018	WEDNESDAY 19/12/2018	THURSDAY 20/12/2018	FRIDAY 21/12/2018
GRATIN SPIRALS PASTA	LENTILS STEW	SEAFOOD SOUP	SEAFOOD SALAD WITH PINK SAUCE	DICED VEGETABLES SOUP
BRUSSEL SPROUT WITH HAM	FRENCH BEANS WITH SAUSAGE	CELERY CREAM	VEGETABLE CREAM	TOMATO SALAD
DEEP FRIED SQUID STICKS	SALMON WITH ALI-OLI SAUCE	FLAMENQUINES	PIZZA WITH SAUSAGE	HAMBURGER
STRIPE FISH "A LA GALLEGA"	SPANISH OMELETTE	BAKED CHICKEN	BATTERED HAKE FILLETS	BAKED BLUE SHARK
RICE	SALAD	FRIED POTATOES	BOILED POTATOES	FRIED POTATOES
BAKED TOMATOES	CARROT PURÉ	BAKED PEPPERS	MUSHROOMS	MASHED POTATOES
FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	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](http://www.arumeservicios.com)

DICIEMBRE  
Celiaco

## MARISTAS



**ARUME**  
COCINAMOS PARA TI

LUNS 03/12/2018	MARTES 04/12/2018	MERCORES 05/12/2018	XOVES 06/12/2018	VENRES 07/12/2018
CALDO	SOPA DE POLLO	ESPAGUETTI BOLOÑESA		
ESTOFADO DE TERNERA	MILANESA DE CERDO	POLLO AL AJILLO	FESTIVO	NO LECTIVO
ARROZ	PATATAS FRITAS	PATATA COCIDA		
FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO		
LUNS 10/12/2018	MARTES 11/12/2018	MÉRCORES 12/12/2018	XOVES 13/12/2018	VENRES 14/12/2018
SOPA DE PESCADO	POTAJE DE GARBANZOS	PASTA NAPOLITANA	FABADA	CREMA DE ESPINACAS
ALBONDIGAS JARDINERA	MILANESA DE POLLO	HUEVOS CON SALCHICHAS	RAXO	SANDWICH DE YORK Y QUESO
ARROZ	ENSALADA	ARROZ	PATATAS FRITAS	PATATA COCIDA
FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO
LUNS 17/12/2018	MARTES 18/12/2018	MÉRCORES 19/12/2018	XOVES 20/12/2018	VENRES 21/12/2018
PASTA GRATINADA	LENTEJAS	SOPA BULLABESA	ENSALADA MARINERA	SOPA JULIANA
RAYA A LA GALLEGA	TROTILLA	POLLO ASADO	MERLUZA AL HORNO	HAMBURGUESAS
ARROZ	ENSALADA	PATATA FRITA	PATATA COCIDA	PATATAS FRITAS
FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / 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](http://www.arumeservicios.com)

DICIEMBRE Sin  
Lactosa

## MARISTAS



**ARUME**  
COCINAMOS PARA TI

LUNS 03/12/2018	MARTES 04/12/2018	MERCORES 05/12/2018	XOVES 06/12/2018	VENRES 07/12/2018
CALDO	SOPA DE POLLO	ESPAGUETTI BOLOÑESA		
ESTOFADO DE TERNERA	MILANESA DE CERDO	POLLO AL AJILLO	FESTIVO	NO LECTIVO
ARROZ	PATATAS FRITAS	PATATA COCIDA		
FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO		

  

LUNS 10/12/2018	MARTES 11/12/2018	MÉRCORES 12/12/2018	XOVES 13/12/2018	VENRES 14/12/2018
SOPA DE PESCADO	POTAJE DE GARBANZOS	CODITOS CON TOMATE	FABADA	CREMA DE ESPINACAS
ALBONDIGAS JARDINERA	MILANESA DE POLLO	HUEVOS CON SALCHICHAS	RAXO	YORK A LA PLANCHA
ARROZ	ENSALADA	ARROZ	PATATAS FRITAS	PATATA COCIDA
FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO

  

LUNS 17/12/2018	MARTES 18/12/2018	MÉRCORES 19/12/2018	XOVES 20/12/2018	VENRES 21/12/2018
COLES CON JAMON	LENTEJAS	SOPA BULLABESA	ENSALADA MARINERA	SOPA JULIANA
RAYA A LA GALLEGA	TORTILLA	POLLO ASADO	PIZZA CON SALCHICHAS	HAMBURGUESAS
ARROZ	ENSALADA	PIMINETOS ASADOS	PATATA COCIDA	PATATAS FRITAS
FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / 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](http://www.arumeservicios.com)

DICIEMBRE Sin  
huevo

## MARISTAS



**ARUME**  
COCINAMOS PARA TI

LUNS 03/12/2018	MARTES 04/12/2018	MERCORES 05/12/2018	XOVES 06/12/2018	VENRES 07/12/2018
CALDO	SOPA DE POLLO	ESPAGUETTI BOLOÑESA		
ESTOFADO DE TERNERA	MILANESA DE CERDO	POLLO AL AJILLO	FESTIVO	NO LECTIVO
ARROZ	PATATA FRITA	PATATA COCIDA		
FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO		
LUNS 10/12/2018	MARTES 11/12/2018	MÉRCORES 12/12/2018	XOVES 13/12/2018	VENRES 14/12/2018
SOPA DE PESCADO	POTAJE DE GARBANZOS	CODITOS NAPOLITANA	FABADA	CREMA DE ESPINACAS
ALBONDIGAS JARDINERA	MILANESA DE POLLO	SALCHICHAS	RAXO	SANDWICH DE YORK Y QUESO
ARROZ	ENSALADA	ARROZ	PATATAS FRITAS	PATATA COCIDA
FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO
LUNS 17/12/2018	MARTES 18/12/2018	MÉRCORES 19/12/2018	XOVES 20/12/2018	VENRES 21/12/2018
ESPIRALES GRATINADAS	LENTEJAS	SOPA BULLABESA	ENSALADA MARINERA	SOPA JULIANA
RAYA A LA GALLEGA	SALMON AL HORNO	POLLO ASADO	PIZZA CON SALCHICHAS	HAMBURGUESAS
ARROZ	ENSALADA	PATATAS FRITAS	PATATA COCIDA	PATATAS FRITAS
FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / LACTEO	FRUTA / 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](http://www.arumeservicios.com)