

MAYO

MARISTAS



ARUME

COCINAMOS PARA TI

LUNS	MARTES	MERCORES 01/05/2019	XOVES 02/05/2019	VENRES 03/05/2019
			TORTELLINI NAPOLITANA	ENSALADA TROPICAL
			CREMA DE CALABACIN	COLES CON JAMON
			ESTOFADO DE TERNERA	PAVO SALTEADO
		FESTIVO	CAELLA AL HORNO	MERLUZA A LA ROMANA
			PATATA FRITA	ARROZ
			MENESTRA	PIMIENTO MORRON
			FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO
LUNS 06/05/2019	MARTES 07/05/2019	MÉRCORES 08/05/2019	XOVES 09/05/2019	VENRES 10/05/2019
ENSALADA DE PASTA	JUDIAS CON BACON	FABADA	FIDEUA	SOPA DE POLLO
ESPINACAS GRATINADAS	LENTEJAS	CREMA DE ACELGAS	COLIFLOR A LA GALLEGA	CREMA DE ESPARRAGOS
SAN JACOBOS	HUEVOS CON SALCHICHAS	POLLO ASADO	CALAMARES A LA ROMANA	MILANESA DE CERDO
CONEJO CAZADORA	ROLLITOS PRIMAVERA	PESCADO FRITO	ROTTI DE POLLO	BACALAO A LA GALLEGA
PATATA COCIDA	ARROZ CON TOMATE	PATATA FRITA	ENSALADA	PATATA FRITA
PIMIENTOS ASADOS	CALABACIN	ENSALADA DE PEPINO Y ZANAHORIA	TOMATE ASADO	BERENJENA AL HORNO
FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO
LUNS 13/05/2019	MARTES 14/05/2019	MÉRCORES 15/05/2019	XOVES 16/05/2019	VENRES 17/05/2019
TALLARINES A LA BOLOÑESA	SOPA DE LETRAS	ENSALADA DE ATUN	CALDO	
CREMA DE CALABAZA	MENESTRA	BRECOL AL AJILLO	CREMA DE APIO	
LOMO ADOBADO	POLLO AL AJILLO	RAGOUT DE TERNERA	TORTILLA	
CASTAÑETA CON TOMATE	FLAMENQUINES	LIRIOS	ROTTI DE PAVO	FESTIVO
ARROZ	PATATA FRITA	PATATA DADO	ENSALADA	
ENSALADA DE TOMATE Y ZANAHORIA	JUDIAS SALTEADAS	PIMIENTO ASADO	CHAMPIÑONES	
FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO
LUNS 20/05/2019	MARTES 21/05/2019	MÉRCORES 22/05/2019	XOVES 23/05/2019	VENRES 24/05/2019
FABADA	POTAJE MONTAÑES	SOPA DE ESTRELLAS	ENSALADA MARINERA	ESPIRALES CON TOMATE
JUDIAS CON CHORIZO	ENSALADA DE ESPARRAGOS Y ZANAHORIA	GUISANTES CON JAMON	CREMA DE ESPINACAS	CREMA DE ZANAHORIA
PAELLA MIXTA	NUGGETS	CHURRASCO	HUEVOS CON EMPANADILLAS	MILANESA DE POLLO
XURELOS	GUIISO DE CHOUPA	FLAMENQUINES	MERLUZA AL HORNO	PESCADILLA
ENSALADA	PATATA COCIDA	PATATA FRITA	ARROZ CON TOMATE	PATATA FRITA
PISTO	CALABACIN AL HORNO	ALCACHOFAS	PURE DE PATATA	PIMIENTO MORRON
FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO
LUNS 27/05/2019	MARTES 28/05/2019	MÉRCORES 29/05/2019	XOVES 30/05/2019	VENRES 31/05/2019
PASTA CON YORK Y ALCACHOFAS	SOPA JULIANA	ARROZ MILANESA	LENTEJAS	CALDO
COLES CON BACON	JUDIAS CON CHORIZO	SALPICON	ARROZ TRES DELICIAS	CREMA DE CALABACIN
VARITAS DE MERLUZA	POLLO AL HORNO	RABAS	RAXO	REVUELTO DE YORK
ROTTI DE POLLO	ROLLITOS PRIMAVERA	ESTOFADO DE PAVO	RAYA A LA GALLEGA	GALLOS FRITOS
PATATA COCIDA	PATATA FRITA	ENSALADA	PATATA FRITA	ENSALADA
ENSALADA DE TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE PEPINO Y ZANAHORIA	PISTO	PIMIENTOS ASADOS	CHAMPIÑONES
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

MAY

MARISTAS



ARUME

COCINAMOS PARA TI

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY 01/05/2019	THURSDAY 02/05/2019	FRIDAY 03/05/2019
			TORTELLINI WITH CHEESE SAUCE "A LA NAPOLITANA"	TROPICAL SALAD
			ZUCCHINI CREAM	BRUSSEL SPROUT WITH HAM
			BEEF STEW	SAUTÉ TURKEY
			BAKED BLUE SHARK	BATTERED HAKE FILLETS
			FRIED POTATOES	RICE
			VEGETABLE STEW	BELL PEPPER
			FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY
MONDAY 06/05/2019	TUESDAY 07/05/2019	WEDNESDAY 08/05/2019	THURSDAY 09/05/2019	FRIDAY 10/05/2019
PASTA SALAD	FRENCH BEANS WITH BACON	BEANS STEW	FIDEGUÁ	CHICKEN SOUP
GRATIN SPINACH	LENTILS STEW	CHARD CREAM	CAULIFLOWER WITH "GALLEGA" SAUCE	ASPARAGUS CREAM
BREADCRUMBED FRIED HAM AND CHEESE	EGGS WITH SAUSAGES	BAKED CHICKEN	BATTERED SQUID RINGS	PORK MEAT MILANESE
BAKED BELL PEPPERS	SPRING ROLLS	DEEP FRIED FISH	CHICKEN ROTTI	COD WITH "GALLEGA" SAUCE
BOILED POTATOES	RICE WITH TOMATO SAUCE	FRIED POTATOES	SALAD	FRIED POTATOES
BAKED PEPPERS	COURGETTE	CUCUMBER AND CARROT SALAD	BAKED TOMATOES	BAKED EGGPLANT
FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY
MONDAY 13/05/2019	TUESDAY 14/05/2019	WEDNESDAY 15/05/2019	THURSDAY 16/05/2019	FRIDAY 17/05/2019
BOLOGNESE NOODLES	LETTER PASTA SOUP	TUNA SALAD	GALICIAN BROTH	
PUMKIN CREAM	VEGETABLE STEW	BROCCOLI WITH GARLIC SAUCE	CELERY CREAM	
MARINATED PORK LOIN	BAKED CHICKEN WITH GARLIC	BEEF STEW	SPANISH OMELETTE	
POMFRET FISH WITH TOMATO SAUCE	FLAMENQUINES	LILY FISH	TURKEY ROTTI	
RICE	FRIED POTATOES	DICE POTATOES	SALAD	
TOMATO AND CARROT SALAD	SAUTÉ FRENCH BEANS	BAKED PEPPERS	MUSHROOMS	
FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	
MONDAY 20/05/2019	TUESDAY 21/05/2019	WEDNESDAY 22/05/2019	THURSDAY 23/05/2019	FRIDAY 24/05/2019
BEANS STEW	MOINTAIN STEW	STAR PASTA SOUP	SEAFOOD SALAD	SPIRAL PASTA WITH TOMATO SAUCE
FRENCH BEANS WITH SAUSAGE	ASPARAGUS AND CARROT SALAD	GREENPEAS WITH HAM	SPINACH CREAM	CARROT CREAM
MEAT AND SEAFOOD PAELLA	CHICKEN NUGGETS	BARBACUE	EGGS WITH SMALL PASTY	CHICKENMILANESE
HORSE MACKEREL	CUTTLEFISH STEW	FLAMENQUINES	BAKED HAKE FILLET	WHITING FISH
SALAD	BOILED POTATOES	FRIED POTATOES	RICE WITH TOMATO SAUCE	FRIED POTATOES
VEGETABLE RATATOUILLE	BAKED ZUCCINI	ARTICHOKES	MASHED POTATOES	BELL PEPPER
FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY	FRUIT/DAIRY
MONDAY 27/05/2019	TUESDAY 28/05/2019	WEDNESDAY 29/05/2019	THURSDAY 30/05/2019	FRIDAY 31/05/2019
PASTA WITH YORK HAM AND ARTICHOKES	DICED VEGETABLES SOUP	MILANESE RICE	LENTILS STEW	GALICIAN BROTH
BRUSSEL SPROUTS WITH BACON	FRENCH BEANS WITH SAUSAGE	COCKTAIL SALAD	RICE THREE DELIGHTS	ZUCCHINI CREAM
BATTERED HAKE STICKS	BAKED CHICKEN	DEEP FRIED SQUID STICKS	FRIED PORK LOIN	SCRAMBLED EGGS WITH YORK HAM
CHICKEN ROTTI	SPRING ROLLS	TURKEY STEW	STINGRAY "A LA GALLEGA"	FRIED SOLE FISH
BOILED POTATOES	FRIED POTATOES	SALAD	FRIED POTATOES	SALAD
TOMATO AND CARROT SALAD	CUCUMBER AND CARROT SALAD	VEGETABLE RATATOUILLE	BAKED PEPPERS	MUSHROOMS
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

SIN LACTOSA

MARISTAS



ARUME

COCINAMOS PARA TI

LUNS	MARTES	MERCORES 01/05/2019	XOVES 02/05/2019	VENRES 03/05/2019
			TORTELLINI CON TOMATE	ENSALADA TROPICAL
		FESTIVO	CAELLA AL HORNO	PAVO SALTEADO
			PATATA FRITA	ARROZ
			FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO
LUNS 06/05/2019	MARTES 07/05/2019	MÉRCORES 08/05/2019	XOVES 09/05/2019	VENRES 10/05/2019
ENSALADA DE PASTA	LENTEJAS	FABADA	FIDEUA	SOPA DE POLLO
CONEJO A LA CAZADORA	HUEVOS CON SALCHICHAS	PESCADITO FRITO	ROTTI DE POLLO	BACALAO A LA GALLEGA
PIMIENTOS ADADOS	ARROZ CON TOMATE	ENSALADA DE PEPINO Y ZANAHORIA	ENSALADA	PATATA FRITA
FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO
LUNS 13/05/2019	MARTES 14/05/2019	MÉRCORES 15/05/2019	XOVES 16/05/2019	VENRES 17/05/2019
TALLARINES BOLOÑESA	SOPA DE LETRAS	ENSALADA DE ATUN	CALDO	
CASTAÑETA CON TOMATE	POLLO AL AJILLO	LIRIOS	TORTILLA DE PATATA	FESTIVO
ENSALADA DE TOMATE Y ZANAHORIA	PATATA FRITA	PATATA DADO	ENSALADA	
FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO
LUNS 20/05/2019	MARTES 21/05/2019	MÉRCORES 22/05/2019	XOVES 23/05/2019	VENRES 24/05/2019
FABADA	POTAJE MONTAÑES	SOPA DE ESTRELLAS	ENSALADA DE ATUN	ESPIRALES CON TOMATE
PAELLA MIXTA	GUISO DE CHOUPA	CHURRASCO	MERLUZA AL HORNO	MILANESA DE POLLO
ENSALADA	CALABACIN AL HORNO	PATATA FRITA	ARROZ CON TOMATE	PIMIENTO MORRON
FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO
LUNS 27/05/2019	MARTES 28/05/2019	MÉRCORES 29/05/2019	XOVES 30/05/2019	VENRES 31/05/2019
PASTA CON YORK Y ALCACHOFAS	SOPA JULIANA	ARROZ MILANESA	LENTEJAS	CALDO
MERLUZA A LA PLANCHA	POLLO AL HORNO	ESTOFADO DE PAVO	RAXO	GALLOS FRITOS
ENSALADA DE TOMATE	ENSALADA DE PEPINO Y ZANAHORIA	PISTO	PATATA FRITA	ENSALADA
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

CELIACO

MARISTAS



ARUME
COCINAMOS PARA TI

LUNS	MARTES	MERCORES 01/05/2019	XOVES 02/05/2019	VENRES 03/05/2019
			MACARRONES NAPOLITANA	ENSALADA TROPICAL
		FESTIVO	CAELLA AL HORNO	PAVO SALTEADO
			PATATA FRITA	ARROZ
			FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO
LUNS 06/05/2019	MARTES 07/05/2019	MÉRCORES 08/05/2019	XOVES 09/05/2019	VENRES 10/05/2019
ENSALADA DE PASTA	LENTEJAS	CREMA DE ACELGAS	FIDEUA	SOPA DE POLLO
CONEJO A LA CAZADORA	HUEVOS CON SALCHICHAS	PESCADITO FRITO	ROTTI DE POLLO	BACALAO A LA GALLEGA
PIMIENTOS ADADOS	ARROZ CON TOMATE	ENSALADA DE PEPINO Y ZANAHORIA	ENSALADA	PATATA FRITA
FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO
LUNS 13/05/2019	MARTES 14/05/2019	MÉRCORES 15/05/2019	XOVES 16/05/2019	VENRES 17/05/2019
SPAGUETTI BOLOÑESA	SOPA DE LETRAS	ENSALADA DE ATUN	CALDO	
CASTAÑETA CON TOMATE	POLLO AL AJILLO	LIRIOS	TORTILLA DE PATATA	FESTIVO
ARROZ	PATATA FRITA	PIMINETO ASADO	ENSALADA	
FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO
LUNS 20/05/2019	MARTES 21/05/2019	MÉRCORES 22/05/2019	XOVES 23/05/2019	VENRES 24/05/2019
FABADA	POTAJE MONTAÑES	SOPA DE ESTRELLAS	ENSALADA MARINERA	ESPIRALES CON TOMATE
PAELLA MIXTA	GUIISO DE CHOUPA	CHURRASCO	MERLUZA AL HORNO	PESCADILLA
ENSALADA	PATATA COCIDA	ALCACHOFAS	ARROZ CON TOMATE	PIMIENTO MORRON
FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO
LUNS 27/05/2019	MARTES 28/05/2019	MÉRCORES 29/05/2019	XOVES 30/05/2019	VENRES 31/05/2019
PASTA CON YORK Y ALCACHOFAS	SOPA JULIANA	ARROZ MILANESA	LENTEJAS	CALDO
MERLUZA A LA PLANCHA	POLLO AL HORNO	ESTOFADO DE PAVO	RAXO	GALLOS FRITOS
ENSALADA DE TOMATE	PATATA FRITA	PISTO	PATATA FRITA	ENSALADA
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

SIN HUEVO

MARISTAS



ARUME

COCINAMOS PARA TI

LUNS	MARTES	MERCORES 01/05/2019	XOVES 02/05/2019	VENRES 03/05/2019
			CREMA DE CALACIN	ENSALADA TROPICAL
		FESTIVO	CAELLA AL HORNO	PAVO SALTEADO
			PATATA FRITA	ARROZ
			FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO
LUNS 06/05/2019	MARTES 07/05/2019	MÉRCORES 08/05/2019	XOVES 09/05/2019	VENRES 10/05/2019
ESPINACAS GRATINADAS CONEJO A LA CAZADORA	LENTEJAS PECHUGA POLLO PLANCHA CON SALCHICHAS	CREMA DE ACELGAS PESCADITO FRITO	COLIFLOR A LA GALLEGA ROTTI DE POLLO	SOPA DE POLLO BACALAO A LA GALLEGA
PIMIENTOS ADADOS	ARROZ CON TOMATE	ENSALADA DE PEPINO Y ZANAHORIA	ENSALADA	PATATA FRITA
FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO
LUNS 13/05/2019	MARTES 14/05/2019	MÉRCORES 15/05/2019	XOVES 16/05/2019	VENRES 17/05/2019
CREMA DE CALABAZA CASTAÑETA CON TOMATE	MENESTRA POLLO AL AJILLO	ENSALADA DE ATUN LIRIOS	CALDO ROTTI DE PAVO	FESTIVO
ARROZ	PATATA FRITA	PIMINETO ASADO	ENSALADA	
FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO
LUNS 20/05/2019	MARTES 21/05/2019	MÉRCORES 22/05/2019	XOVES 23/05/2019	VENRES 24/05/2019
FABADA XURELOS	POTAJE MONTAÑES GUIISO DE CHOUPA	GUISANTES CON JAMON CHURRASCO	ENSALADA MARINERA MERLUZA AL HORNO	CREMA DE ZANAHORIA PESCADILLA
ENSALADA	PATATA COCIDA	ALCACHOFAS	ARROZ CON TOMATE	PIMIENTO MORRON
FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO	FRUTA/LACTEO
LUNS 27/05/2019	MARTES 28/05/2019	MERCORES 29/05/2019	XOVES 30/05/2019	VENRES 31/05/2019
PASTA CON YORK Y ALCACHOFAS MERLUZA A LA PLANCHA	SOPA JULIANA POLLO AL HORNO	ARROZ MILANESA ESTOFADO DE PAVO	LENTEJAS RAXO	CALDO GALLOS FRITOS
ENSALADA DE TOMATE	PATATA FRITA	PISTO	PATATA FRITA	ENSALADA
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