



OCTUBRE 2024



**SIN GLUTEN.** Ningún plato de este menú contiene gluten ni trazas

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Semana 4

01/10/2024

SOPA DE AVE

TORTILLA

TOMATE

FRUTA

02/10/2024

ENSALADILLA RUSA

FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA

LECHUGA

LACTEO-Fruta

03/10/2024

SOPA DE VERDURAS

POLLO AL AJILLO

CON PATATAS

FRUTA

04/10/2024

PAELLA

BOCADITOS DE BACALAO

ENSALADA

FRUTA

Semana 5

07/10/2024

CALDO GALLEGO/BRECOL

JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO

CON ARROZ BLANCO

LACTEO- Fruta

08/10/2024

CREMA DE ZANAHORIA

FINGERS DE PESCADO

PASTA SALTEADA

FRUTA

09/10/2024

JUDIAS CON HUEVO

PAVO ESTOFADO

PATATAS

FRUTA

10/10/2024

SOPA DE AVE

CINTA DE LOMO EN SU JUGO

JARDINERA

FRUTA

11/10/2024

PASTA GRATINADA

MERLUZA A LA PLANCHA

LECHUGA Y ZANAHORIA

LACTEO- Fruta

Semana 6

14/10/2024

CREMA DE CALABAZA

ALBONDIGAS EN SALSA

PATATAS FRITAS

FRUTA

15/10/2024

MENESTRA CON JAMON

GALLO SAN PEDRO AL HORNO

CON PATATAS

NATILLAS CASERAS

16/10/2024

MACARRONES SALTEADOS

SAN JACOBO CASERO

CON ENSALADA

FRUTA

17/10/2024

ARROZ CON TOMATE

TORTILLA FRANCESA

ENSALADA CON ATUN

LACTEO-Fruta

18/10/2024

ALUBIAS ESTOFADAS

PIZZA CASERA

FRUTA

Semana 1

21/10/2024

POTAJE DE LEGUMBRES

FILETE DE LOMO A LA PLANCHA

CON ARROZ

LACTEO-Fruta

22/10/2024

PASTA CON TOMATE Y QUESO

FINGERS CASEROS DE PESCADO

LECHUGA

FRUTA

23/10/2024

SOPA DE PASTA

CARNE EN SU JUGO

CON PATATAS Y MENESTRA

LACTEO- Fruta

24/10/2024

ARROZ CON PISTO DE VERDURAS

PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA

ENSALADA

FRUTA

25/10/2024

SALPICON DE PESCADO

MACARRONES A LA BOLOÑESA

FRUTA

Semana 2

28/10/2024

MENESTRA CON JAMON

POLLO AL HORNO

CON ARROZ BLANCO

FRUTA

29/10/2024

ENSALADA DE PASTA CON ATUN

FILETE RUSO

CON PURE

GELATINA

30/10/2024

JUDIAS CON CHORIZO

MERLUZA A LA ANDALUZA

CON PATATAS COCIDAS

LACTEO-Fruta

31/10/2024

DIA NO LECTIVO



Garante que estos menús fueron planificados segundo los principios dietético-nutricionales establecidos por la OMS (Organización Mundial de la Salud) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidad. Se desea consultar o menú online visite: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro  
Técnico Superior en Dietética y Nutrición  
DNI 53172340 C



OCTUBRE 2024



**SIN HUEVO**. Ningún plato de este menú contiene huevo ni trazas

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

Semana 4

01/10/2024

LENTEJAS CON CHORIZO

CARNE EN SU JUGO

TOMATE

FRUTA

02/10/2024

ENSALADILLA RUSA NATURAL SIN HUEVO

FILETE DE MERLUZA FRITO

LECHUGA

LACTEO-Fruta

03/10/2024

SOPA DE VERDURAS

POLLO AL AJILLO

CON PATATAS

FRUTA

04/10/2024

PAELLA

BOCADITOS DE BACALAO

ENSALADA

FRUTA

Semana 5

07/10/2024

CALDO GALLEGO/BRECOL

JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO

CON ARROZ BLANCO

LACTEO- Fruta

08/10/2024

CREMA DE ZANAHORIA

FINGERS DE PESCADO

CON PASTA SALTEADA

FRUTA

09/10/2024

JUDIAS REHOGADAS

PAVO ESTOFADO

PATATAS

FRUTA

10/10/2024

SOPA DE AVE

CINTA DE LOMO EN SU JUGO

JARDINERA

FRUTA

11/10/2024

CODITOS GRATINADOS

MERLUZA A LA PLANCHA

LECHUGA Y ZANAHORIA

LACTEO- Fruta

Semana 6

14/10/2024

CREMA DE CALABAZA

ALBONDIGAS EN SALSA

PATATAS FRITAS

FRUTA

15/10/2024

MENESTRA CON JAMON

GALLO SAN PEDRO AL HORNO

CON PATATAS

NATILLAS CASERAS

16/10/2024

MACARRONES SALTEADOS

SAN JACOBO CASERO

CON ENSALADA

FRUTA

17/10/2024

ARROZ CON TOMATE

FILETE A LA PLANCHA

ENSALADA CON ATUN

LACTEO-Fruta

18/10/2024

ALUBIAS ESTOFADAS

PIZZA CASERA

FRUTA

Semana 1

21/10/2024

POTAJE DE LEGUMBRES

FILETE DE LOMO A LA PLANCHA

CON ARROZ

LACTEO-Fruta

22/10/2024

PASTA CON TOMATE Y QUESO

FINGERS DE PESCADO CASEROS

LECHUGA

FRUTA

23/10/2024

SOPA DE LETRAS

GUISO DE CARNE

CON PATATAS COCIDAS Y MENESTRA

LACTEO- Fruta

24/10/2024

ARROZ CON PISTO DE VERDURAS

PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA

ENSALADA

FRUTA

25/10/2024

SALPICON DE PESCADO

MACARRONES A LA BOLOÑESA

FRUTA

Semana 2

28/10/2024

MENESTRA CON JAMON

POLLO AL HORNO

CON ARROZ BLANCO

FRUTA

29/10/2024

ENSALADA DE PASTA CON ATUN

FILETE RUSO

CON PURE

GELATINA

30/10/2024

JUDIAS CON CHORIZO

MERLUZA A LA ANDALUZA

CON PATATAS COCIDAS

LACTEO-Fruta

31/10/2024

DIA NO LECTIVO



Garante que estos menús fueron planificados segundo os principios dietético-nutricionales 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 visítale: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro  
Técnico Superior en Dietética y Nutrición  
DNI 53172340 C

*Inés*



**SIN LACTOSA - PLV.** Ningún plato de este menú contiene lactosa, ni proteína de leche de vaca ni trazas

**OCTUBRE 2024**



**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

Semana 4

01/10/2024

LENTEJAS CON CHORIZO  
TORTILLA  
TOMATE  
FRUTA

02/10/2024

ENSALADILLA RUSA  
FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA  
LECHUGA  
YOGUR DE SOJA-FRUTA

03/10/2024

SOPA DE VERDURAS  
POLLO AL AJILLO  
CON PATATAS  
FRUTA

04/10/2024

PAELLA  
BOCADITOS DE BACALAO  
ENSALADA  
FRUTA

Semana 5

07/10/2024

CALDO GALLEGO/BRECOL  
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO  
CON ARROZ BLANCO  
YOGUR SOJA- Fruta

08/10/2024

CREMA DE ZANAHORIA  
FINGERS DE PESCADO  
CODITOS SALTEADOS  
FRUTA

09/10/2024

JUDIAS CON HUEVO  
PAVO ESTOFADO  
PATATAS  
FRUTA

10/10/2024

SOPA DE AVE  
CINTA DE LOMO EN SU JUGO  
JARDINERA  
FRUTA

11/10/2024

CODITOS CON TOMATE  
MERLUZA A LA PLANCHA  
LECHUGA Y ZANAHORIA  
YOGUR SOJA- Fruta

Semana 6

14/10/2024

CREMA DE CALABAZA  
ALBONDIGAS EN SALSA  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

15/10/2024

MENESTRA CON JAMON  
GALLO SAN PEDRO AL HORNO  
CON PATATAS  
YOGUR DE SOJA

16/10/2024

MACARRONES SALTEADOS  
SAN JACOBO CASERO  
CON ENSALADA  
FRUTA

17/10/2024

ARROZ CON TOMATE  
TORTILLA FRANCESA  
ENSALADA CON ATUN  
YOGUR SOJA-FRUTA

18/10/2024

ALUBIAS ESTOFADAS  
PIZZA CASERA  
FRUTA

Semana 1

21/10/2024

POTAJE DE LEGUMBRES  
FILETE DE LOMO A LA PLANCHA  
CON ARROZ  
YOGUR DE SOJA-Fruta

22/10/2024

TALLARINES CON TOMATE  
FINGERS CASEROS DE PESCADO  
LECHUGA  
FRUTA

23/10/2024

SOPA DE LETRAS  
GUISO DE CARNE  
CON PATATAS Y MENESTRA  
YOGUR DE SOJA- Fruta

24/10/2024

ARROZ CON PISTO DE VERDURAS  
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA  
ENSALADA  
FRUTA

25/10/2024

SALPICON DE PESCADO  
MACARRONES BOLOÑESA  
FRUTA

Semana 2

28/10/2024

MENESTRAS CON JAMON  
POLLO AL HORNO  
CON ARROZ BLANCO  
FRUTA

29/10/2024

ENSALADA DE PASTA CON ATUN  
FILETE RUSO  
CON PURE  
GELATINA

30/10/2024

JUDIAS CON CHORIZO  
MERLUZA A LA ANDALUZA  
CON PATATAS COCIDAS  
YOGUR DE SOJA-Fruta

31/10/2024

DIA NO LECTIVO



Garante que estos menús fueron planificados segundo los principios dietético-nutricionales establecidos por la OMS (Organización Mundial de la Salud) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidad. Se desea consultar a menú online visite: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro  
Técnico Superior en Dietética y Nutrición  
DNI 53172340 C



**FRUTOS SECOS.** Ningún plato de este menú contiene frutos secos ni trazas

**OCTUBRE 2024**



**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

Semana 4

01/10/2024

LENTEJAS CON CHORIZO  
TORTILLA  
TOMATE  
FRUTA

02/10/2024

ENSALADILLA RUSA  
FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA  
LECHUGA  
LACTEO-FRUTA

03/10/2024

SOPA DE VERDURAS  
POLLO AL AJILLO  
CON PATATAS  
FRUTA

04/10/2024

PAELLA  
BOCADITOS DE BACALAO  
ENSALADA  
FRUTA

Semana 5

07/10/2024

CALDO GALLEGO/BRECOL  
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO  
CON ARROZ BLANCO  
LACTEO-Fruta

08/10/2024

CREMA DE ZANAHORIA  
FINGERS DE PESCASO  
CODITOS SALTEADOS  
FRUTA

09/10/2024

JUDIAS CON HUEVO  
PAVO ESTOFADO  
PATATAS  
FRUTA

10/10/2024

SOPA DE AVE  
CINTA DE LOMO EN SU JUGO  
JARDINERA  
FRUTA

11/10/2024

CODITOS GRATINADOS  
MERLUZA A LA PLANCHA  
LECHUGA Y ZANAHORIA  
LACTEO- Fruta

Semana 6

14/10/2024

CREMA DE CALABAZA  
ALBONDIGAS EN SALSA  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

15/10/2024

MENESTRA CON JAMON  
GALLO SAN PEDRO AL HORNO  
CON PATATAS  
NATILLAS CASERAS

16/10/2024

MACARRONES SALTEADOS  
SAN JACOBO CASERO  
CON ENSALADA  
FRUTA

17/10/2024

ARROZ CON TOMATE  
TORTILLA FRANCESA  
ENSALADA CON ATUN  
LACTEO-FRUTA

18/10/2024

ALUBIAS ESTOFADAS  
PIZZ CASERA  
FRUTA

Semana 1

21/10/2024

POTAJE DE LEGUMBRES  
FILETES DE LOMO A LA PLANCHA  
CON ARROZ  
LACTEO-Fruta

22/10/2024

TALLARINES CON TOMATE Y QUESO  
FINGERS CASEROS DE PESCADO  
LECHUGA  
FRUTA

23/10/2024

SOPA DE LETRAS  
GUISO DE CARNE  
CON PATATAS Y MENESTRA  
LACTEO- Fruta

24/10/2024

ARROZ CON PISTO DE VERDURAS  
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA  
ENSALADA  
FRUTA

25/10/2024

SALPICON DE PESCADO  
MACARRONES BOLOÑESA  
FRUTA

Semana 2

28/10/2024

MENESTRA CON JAMON  
POLLO AL HORNO  
CON ARROZ BLANCO  
FRUTA

29/10/2024

ENSALADA DE PASTA CON ATUN  
FILETE RUSO  
CON PURE  
GELATINA

30/10/2024

JUDIAS CON CHORIZO  
MERLUZA A LA ANDALUZA  
CON PATATAS COCIDAS  
LACTEO-Fruta

31/10/2024

DIA NO LECTIVO



Garante que estos menús fueron 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 visítale: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro  
Técnico Superior en Dietética y Nutrición  
DNI 53172340 C

*Inés Barciela Cabaleiro*



**SIN PESCADO NI MARISCO.** Ningún plato de este menú contiene pescado, ni marisco ni trazas

**OCTUBRE 2024**

**ARUME**  
COCINAMOS PARA TI

**LUNES**

**MARTES**

**MIERCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

Semana 4

01/10/2024

LENTEJAS CON CHORIZO  
TORTILLA  
TOMATE  
FRUTA

02/10/2024

ENSALADILLA RUSA  
FILETE A LA PLANCHA  
LECHUGA  
LACTEO-FRUTA

03/10/2024

SOPA DE VERDURAS  
POLLO AL AJILLO  
CON PATATAS  
FRUTA

04/10/2024

PAELLA  
BOCADITOS DE CARNE  
ENSALADA  
FRUTA

Semana 5

07/10/2024

CALDO GALLEGO/BRECOL  
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO  
CON ARROZ BLANCO  
LACTEO-Fruta

08/10/2024

CREMA DE ZANAHORIA  
FINGERS DE CARNE  
CODITOS SALTEADOS  
FRUTA

09/10/2024

JUDIAS CON HUEVO  
PAVO ESTOFADO  
PATATAS  
FRUTA

10/10/2024

SOPA DE AVE  
CINTA DE LOMO EN SU JUGO  
JARDINERA  
FRUTA

11/10/2024

CODITOS GRATINADOS  
FILETE A LA PLANCHA  
LECHUGA Y ZANAHORIA  
LACTEO- Fruta

Semana 6

14/10/2024

CREMA DE CALABAZA  
ALBONDIGAS EN SALSA  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

15/10/2024

MENESTRA CON JAMON  
FILETE A LA PLANCHA  
CON PATATAS  
NATILLAS CASERAS

16/10/2024

MACARRONES SALTEADOS  
SAN JACOBO CASERO  
CON ENSALADA  
FRUTA

17/10/2024

ARROZ CON TOMATE  
TORTILLA FRANCESA  
ENSALADA  
LACTEO-FRUTA

18/10/2024

ALUBIAS ESTOFADAS  
PIZZA CASERA  
FRUTA

Semana 1

21/10/2024

POTAJE DE LEGUMBRES  
FILETES DE LOMO A LA PLANCHA  
CON ARROZ  
LACTEO-Fruta

22/10/2024

TALLARINES CON TOMATE Y QUESO  
FINGERS CASEROS DE CARNE  
LECHUGA  
FRUTA

23/10/2024

SOPA DE LETRAS  
GUISO DE CARNE  
CON PATATAS Y MENESTRA  
LACTEO- Fruta

24/10/2024

ARROZ CON PISTO DE VERDURAS  
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA  
ENSALADA  
FRUTA

25/10/2024

SALPICON DE VERDURAS  
MACARRONES BOLOÑESA  
FRUTA

Semana 2

28/10/2024

MENESTRA CON JAMON  
POLLO AL HORNO  
CON ARROZ BLANCO  
FRUTA

29/10/2024

ENSALADA DE PASTA  
FILETE RUSO  
CON PURE  
GELATINA

30/10/2024

JUDIAS CON CHORIZO  
MAGRO EN SU JUGO  
CON PATATAS COCIDAS  
LACTEO-Fruta

31/10/2024

DIA NO LECTIVO



Garante que estos menús fueron 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)

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro  
Técnico Superior en Dietética y Nutrición  
DNI 53172340 C

*Inés*



**SIN CERDO.** Ningún plato de este menú contiene cerdo ni trazas

**OCTUBRE 2024**



**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

Semana 4

01/10/2024

LENTEJAS  
TORTILLA  
TOMATE  
FRUTA

02/10/2024

ENSALADILLA RUSA  
FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA  
LECHUGA  
LACTEO-FRUTA

03/10/2024

SOPA DE VERDURAS  
POLLO AL AJILLO  
CON PATATAS  
FRUTA

04/10/2024

PAELLA  
BOCADITOS DE BACALAO  
ENSALADA  
FRUTA

Semana 5

07/10/2024

BRECOL  
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO  
CON ARROZ BLANCO  
LACTEO-Fruta

08/10/2024

CREMA DE ZANAHORIA  
FINGERS DE PESCADO  
CODITOS SALTEADSO  
FRUTA

09/10/2024

JUDIAS CON HUEVO  
PAVO ESTOFADO  
PATATAS  
FRUTA

10/10/2024

SOPA DE AVE  
FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA  
JARDINERA  
FRUTA

11/10/2024

CODITOS GRATINADOS  
MERLUZA A LA PLANCHA  
LECHUGA Y ZANAHORIA  
LACTEO- Fruta

Semana 6

14/10/2024

CREMA DE CALABAZA  
ALBONDIGAS DE TERNERA EN SALSA  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

15/10/2024

MENESTRA REHOGADA  
GALLO SAN PEDRO AL HORNO  
CON PATATAS  
NATILLAS CASERAS

16/10/2024

MACARRONES SALTEADOS  
PECHUGA DE POLLO EN SU JUGO  
CON ENSALADA  
FRUTA

17/10/2024

ARROZ CON TOMATE  
TORTILLA FRANCESA  
ENSALADA CON ATUN  
LACTEO-FRUTA

18/10/2024

ALUBIAS ESTOFADAS  
PIZZA CASERA  
FRUTA

Semana 1

21/10/2024

POTAJE DE LEGUMBRES  
TORTILLA FRANCESA  
CON ARROZ  
LACTEO-Fruta

22/10/2024

TALLARINES CON TOMATE Y QUESO  
FINGERS CASEROS DE PESCADO  
LECHUGA  
FRUTA

23/10/2024

SOPA DE LETRAS  
GUISO DE TERNERA  
CON PATATAS Y MENESTRA  
LACTEO- Fruta

24/10/2024

ARROZ CON PISTO DE VERDURAS  
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA  
ENSALADA  
FRUTA

25/10/2024

SALPICON DE PESCADO  
MACARRONES BOLOÑESA DE TERNERA  
FRUTA

Semana 2

28/10/2024

MENESTRA REHOGADA  
POLLO AL HORNO  
CON ARROZ BLANCO  
FRUTA

29/10/2024

ENSALADA DE PASTA CON ATUN  
FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA  
CON PURE  
GELATINA

30/10/2024

JUDIAS SALTEADAS  
MERLUZA A LA ANDALUZA  
CON PATATAS COCIDAS

31/10/2024

DIA NO LECTIVO



Garante que estos menús fueron 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 visítale: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro  
Técnico Superior en Dietética y Nutrición  
DNI 53172340 C

*Inés Barciela Cabaleiro*



**SIN LEGUMINOSAS.** Ningún plato de este menú contiene leguminosas ni trazas

**OCTUBRE 2024**



**LUNES**

**MARTES**

**MIERCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

Semana 4

01/10/2024

SOPA DEL DÍA  
TORTILLA  
TOMATE  
FRUTA

02/10/2024

ENSALADILLA RUSA  
FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA  
LECHUGA  
LACTEO-FRUTA

03/10/2024

SOPA DE VERDURAS  
POLLO AL AJILLO  
CON PATATAS  
FRUTA

04/10/2024

PAELLA  
BOCADITOS DE BACALAO  
ENSALADA  
FRUTA

Semana 5

07/10/2024

BRECOL  
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO  
CON ARROZ BLANCO  
LACTEO-Fruta

08/10/2024

CREMA DE ZANAHORIA  
FINGERS DE PESCADO  
CODITOS SALTEADOS  
FRUTA

09/10/2024

ACELGAS REHOGADAS CON HUEVO  
PAVO ESTOFADO  
PATATAS  
FRUTA

10/10/2024

SOPA DE AVE  
CINTA DE LOMO EN SU JUGO  
JARDINERA DE VERDURAS  
FRUTA

11/10/2024

CODITOS GRATINADOS  
MERLUZA A LA PLANCHA  
LECHUGA Y ZANAHORIA  
LACTEO- Fruta

Semana 6

14/10/2024

CREMA DE CALABAZA  
ALBONDIGAS EN SALSA  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

15/10/2024

ENSALADA  
GALLO SAN PEDRO AL HORNO  
CON PATATAS  
NATILLAS CASERAS

16/10/2024

MACARRONES SALTEADOS  
SAN JACOBO CASERO  
CON ENSALADA  
FRUTA

17/10/2024

ARROZ CON TOMATE  
TORTILLA FRANCESA  
ENSALADA CON ATUN  
LACTEO-FRUTA

18/10/2024

SOPA HORTELANA  
PIZZA CASERA  
FRUTA

Semana 1

21/10/2024

ENSALADA MIXTA  
FILETES DE LOMO A LA PLANCHA  
CON ARROZ  
LACTEO-Fruta

22/10/2024

TALLARINES CON TOMATE Y QUESO  
FINGERS CASEROS DE PESCADO  
LECHUGA  
FRUTA

23/10/2024

SOPA DE LETRAS  
GUISO DE CARNE  
CON PATATAS Y VERDURAS  
LACTEO- Fruta

24/10/2024

ARROZ CON PISTO DE VERDURAS  
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA  
ENSALADA  
FRUTA

25/10/2024

SALPICON DE PESCADO  
MACARRONES BOLOÑESA  
FRUTA

Semana 2

28/10/2024

COLIFLOR REHOGADA  
POLLO AL HORNO  
CON ARROZ BLANCO  
FRUTA

29/10/2024

ENSALADA DE PASTA CON ATUN  
FILETE RUSO  
CON PURE  
GELATINA

30/10/2024

SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS  
MERLUZA A LA ANDALUZA  
CON PATATAS COCIDAS  
LACTEO-Fruta

31/10/2024

DIA NO LECTIVO



Garante que estos menús fueron planificados segundo os principios dietético- nutricionales 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)

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro  
Técnico Superior en Dietética y Nutrición  
DNI 53172340 C

*Inés Barciela Cabaleiro*