



MAYO 2024



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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Semana 1

01/05/2024

FESTIVO

02/05/2024

ARROZ CON PISTO DE VERDURAS

MERLUZA A LA ROMANA

LECHUGA

FRUTA

03/05/2024

CREMA DE ZANAHORIA

ALBONDIGAS EN SALSA

PURE DE PATATA

FRUTA

Semana 2

06/05/2024

MENESTRA CON JAMON

POLLO AL HORNO

CON ARROZ BLANCO

FRUTA

07/05/2024

ENSALADA DE PASTA CON ATUN

JAMON ASADO

CON PURE

NATILLAS-Fruta

08/05/2024

JUDIAS CON CHORIZO

MERLUZA A LA ANDALUZA

CON PATATAS COCIDAS

LACTEO-Fruta

09/05/2024

SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS

TORTILLA DE PATATA

ENSALADA DE TOMATE

FRUTA

10/05/2024

POTAJE DE LEGUMBRES

CROQUETAS CASERAS

ENSALADA

FRUTA

Semana 3

13/05/2024

HUEVOS COCIDOS CON GUISANTES

ESPAGUETIS

CON BOLOÑESA

LACTEO- Fruta

14/05/2024

SOPA DE PASTA

GUIISO DE CARNE

CON PATATAS Y MENESTRA

FRUTA

15/05/2024

ARROZ TRES DELICIAS

FINGERS DE PESCADO

ENSALADA

FRUTA

16/05/2024

NO LECTIVO

17/05/2024

FESTIVO

Semana 4

20/05/2024

PASTA CON TOMATE Y QUESO

LOMO A LA PLANCHA

ENSALADA

LACTEO- Fruta

21/05/2024

CREMA DE VERDURAS

PIZZA ARTESANA DE JAMON YORK Y QUESO

FRUTA

22/05/2024

ENSALADILLA RUSA

FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA

LECHUGA

FRUTA

23/05/2024

SOPA DE VERDURAS

POLLO AL AJILLO

CON PATATAS

FRUTA

24/05/2024

PAELLA MIXTA

BOCADITOS DE BACALAO

ENSALADA

FRUTA

Semana 5

27/05/2024

SOPA DE AVE

TORTILLA DE PATATAS

CON ENSALADA DE TOMATE

LACTEO- Fruta

28/05/2024

ENSALADA TRICOLOR

JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO

CON ARROZ BLANCO

FRUTA

29/05/2024

JUDIAS CON HUEVO

SAN JACOBO AL HORNO

PATATAS COCIDAS

FRUTA

30/05/2024

CREMA DE ZANAHORIA

CINTA DE LOMO EN SU JUGO

PATATAS ASADAS

FRUTA

31/05/2024

PASTA CON TOMATE Y QUESO

ABADEJO AL HORNO

LECHUGA Y ZANAHORIA

LACTEO- Fruta



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

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



MAYO 2024



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

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

Semana 1

01/05/2024

FESTIVO

02/05/2024

ARROZ CON PISTO DE VERDURAS

MERLUZA FRITA

LECHUGA

FRUTA

03/05/2024

CREMA DE ZANAHORIA

ALBONDIGAS EN SALSA

PURE DE PATATA

FRUTA

Semana 2

06/05/2024

MENESTRA CON JAMON

POLLO AL HORNO

CON ARROZ BLANCO

FRUTA

07/05/2024

ENSALADA DE PASTA CON ATUN

JAMON ASADO

CON PURE

NATILLAS-Fruta

08/05/2024

JUDIAS CON CHORIZO

MERLUZA A LA ANDALUZA

CON PATATAS COCIDAS

LACTEO-Fruta

09/05/2024

SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS

PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA

ENSALADA DE TOMATE

FRUTA

10/05/2024

POTAJE DE LEGUMBRES

CROQUETAS CASERAS

ENSALADA

FRUTA

Semana 3

13/05/2024

GUISANTES REHOGADOS

ESPAGUETIS CON

BOLOÑESA

FRUTA

14/05/2024

SOPA DE PIÑONES

GUIZO DE CARNE

CON PATATAS Y MENESTRA

FRUTA

15/05/2024

ARROZ SALTEADO CON VERDURAS

FINGERS DE PESCADO

ENSALADA

FRUTA

16/05/2024

NO LECTIVO

17/05/2024

FESTIVO

Semana 4

20/05/2024

ESPIRALES CON TOMATE Y QUESO

LOMO A LA PLANCHA

ENSALADA

LACTEO- Fruta

21/05/2024

LENTEJAS CON CHORIZO

PIZZA ARTESANA DE JAMON YORK Y QUESO

FRUTA

22/05/2024

ENSALADILLA RUSA NATURAL

FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA

LECHUGA

FRUTA

23/05/2024

SOPA DE VERDURAS

POLLO AL AJILLO

CON PATATAS

FRUTA

24/05/2024

PAELLA MIXTA

BOCADITOS DE BACALAO

ENSALADA

FRUTA

Semana 5

27/05/2024

SOPA DE AVE

FILETE A LA PLANCHA

CON ENSALADA DE TOMATE

LACTEO- Fruta

28/05/2024

ENSALADA TRICOLOR

JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO

CON ARROZ BLANCO

FRUTA

29/05/2024

JUDIAS REHOGADAS

SAN JACOBO AL HORNO

PATATAS COCIDAS

FRUTA

30/05/2024

CREMA DE ZANAHORIA

CINTA DE LOMO EN SU JUGO

PATATAS ASADAS

FRUTA

31/05/2024

CODITOS GRATINADOS

ABADEJO AL HORNO

LECHUGA Y ZANAHORIA

LACTEO- Fruta



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

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



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

MAYO 2024



LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

01/05/2024

02/05/2024

03/05/2024

Semana 1

FESTIVO

ARROZ CON PISTO DE VERDURAS
MERLUZA A LA ROMANA
LECHUGA
FRUTA

CREMA DE ZANAHORIA
ALBONDIGAS EN SALSA
PURE DE PATATA
FRUTA

06/05/2024

07/05/2024

08/05/2024

09/05/2024

10/05/2024

Semana 2

MENESTRA CON JAMON
POLLO AL HORNO
CON ARROZ BLANCO
FRUTA

ENSALADA DE PASTA CON ATUN
JAMON ASADO
CON PURE
YOGUR DE SOJA-Fruta

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

SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS
TORTILLA DE PATATA
ENSALADA DE TOMATE
FRUTA

POTAJE DE LEGUMBRES
CROQUETAS CASERAS
ENSALADA
FRUTA

13/05/2024

14/05/2024

15/05/2024

16/05/2024

17/05/2024

Semana 3

HUEVOS COCIDOS CON GUISANTES
ESPAGUETIS CON BOLOÑESA
FRUTA

SOPA DE PIÑONES
GUIZO DE CARNE
CON PATATAS Y MENESTRA
FRUTA

ARROZ TRES DELICIAS
FINGERS DE PESCADO
ENSALADA
FRUTA

NO LECTIVO

FESTIVO

20/05/2024

21/05/2024

22/05/2024

23/05/2024

24/05/2024

Semana 4

ESPIRALES CON TOMATE
LOMO A LA PLANCHA
ENSALADA
YOGUR DE SOJA- Fruta

LENTEJAS CON CHORIZO
PIZZA ARTESANA DE JAMON
FRUTA

ENSALADILLA RUSA
FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA
LECHUGA
FRUTA

SOPA DE VERDURAS
POLLO AL AJILLO
CON PATATAS
FRUTA

PAELLA MIXTA
BOCADITOS DE BACALAO
ENSALADA
FRUTA

27/05/2024

28/05/2024

29/05/2024

30/05/2024

31/05/2024

Semana 5

SOPA DE AVE
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA DE TOMATE
YOGUR SOJA- Fruta

ENSALADA TRICOLOR
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO
CON ARROZ BLANCO
FRUTA

JUDIAS CON HUEVO
SAN JACOBO AL HORNO
PATATAS COCIDAS
FRUTA

CREMA DE ZANAHORIA
CINTA DE LOMO EN SU JUGO
PATATAS ASADAS
FRUTA

CODITOS CON TOMATE
ABADEJO AL HORNO
LECHUGA Y ZANAHORIA
YOGUR SOJA- Fruta



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

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

MAYO 2024

ARUME
COCINAMOS PARA TI

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

01/05/2024

02/05/2024

03/05/2024

Semana 1

FESTIVO

ARROZ CON PISTO DE VERDURAS
MERLUZA A LA ROMANA
LECHUGA
FRUTA

CREMA DE ZANAHORIA
ALBONDIGAS EN SALSA
PURE DE PATATA
FRUTA

06/05/2024

07/05/2024

08/05/2024

09/05/2024

10/05/2024

Semana 2

MENESTRA CON JAMON
POLLO AL HORNO
CON ARROZ BLANCO
FRUTA

ENSALADA DE PASTA CON ATUN
JAMON ASADO
CON PURE
NATILLAS-Fruta

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

SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS
TORTILLA DE PATATA
ENSALADA DE TOMATE
FRUTA

POTAJE DE LEGUMBRES
CROQUETAS CASERAS
ENSALADA
FRUTA

13/05/2024

14/05/2024

15/05/2024

16/05/2024

17/05/2024

Semana 3

HUEVOS COCIDOS CON GUISANTES
ESPAQUETIS CON BOLOÑESA
FRUTA

SOPA DE PIÑONES
GUISO DE CARNE
CON PATATAS Y VERDURAS
FRUTA

ARROZ TRES DELICIAS
FINGERS DE PESCADO
ENSALADA
FRUTA

NO LECTIVO

FESTIVO

20/05/2024

21/05/2024

22/05/2024

23/05/2024

24/05/2024

Semana 4

ESPIRALES GRATINADOS CON TOMATE Y QUESO
LOMO A LA PLANCHA
ENSALADA
LACTEO- Fruta

LENTEJAS CON CHORIZO
PIZZA ARTESANA DE JAMON YORK Y QUESO
FRUTA

ENSALADILLA RUSA
FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA
LECHUGA
FRUTA

SOPA DE VERDURAS
POLLO AL AJILLO
CON PATATAS
FRUTA

PAELLA MIXTA
BOCADITOS DE BACALAO
ENSALADA
FRUTA

27/05/2024

28/05/2024

29/05/2024

30/05/2024

31/05/2024

Semana 5

SOPA DE AVE
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA DE TOMATE
LACTEO-Fruta

ENSALADA TRICOLOR
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO
CON ARROZ BLANCO
FRUTA

JUDIAS CON HUEVO
SAN JACOBO AL HORNO
PATATAS COCIDAS
FRUTA

CREMA DE ZANAHORIA
CINTA DE LOMO EN SU JUGO
PATATAS ASADAS
FRUTA

CODITOS GRATINADOS
ABADEJO AL HORNO
LECHUGA Y ZANAHORIA
LACTEO- Fruta



Garante que estos menús fueron planificados segundo los principios dietético-nutricionales establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidad. Se desexa consultar o menú online visitando: 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.

MAYO 2024



LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

Semana 1

01/05/2024

FESTIVO

02/05/2024

ARROZ CON PISTO DE VERDURAS
MAGRO EN SU JUGO
LECHUGA
FRUTA

03/05/2024

CREMA DE ZANAHORIA
ALBONDIGAS EN SALSA
PURE DE PATATA
FRUTA

Semana 2

06/05/2024

MENESTRA CON JAMON
POLLO AL HORNO
CON ARROZ BLANCO
FRUTA

07/05/2024

ENSALADA DE PASTA
JAMON ASADO
CON PURE
NATILLAS-Fruta

08/05/2024

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

09/05/2024

SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS
TORTILLA DE PATATA
ENSALADA DE TOMATE
FRUTA

10/05/2024

POTAJE DE LEGUMBRES
CROQUETAS CASERAS DE CARNE
ENSALADA
FRUTA

Semana 3

13/05/2024

HUEVOS COCIDOS CON GUISANTES
ESPAGUETIS CON BOLOÑESA
FRUTA

14/05/2024

SOPA DE PIÑONES
GUIZO DE CARNE
CON PATATAS Y MENESTRA
FRUTA

15/05/2024

ARROZ TRES DELICIAS
FINGERS DE POLLO
ENSALADA
FRUTA

16/05/2024

NO LECTIVO

17/05/2024

FESTIVO

Semana 4

20/05/2024

ESPIRALES GRATINADOS CON TOMATE Y QUESO
LOMO A LA PLANCHA
ENSALADA
LACTEO- Fruta

21/05/2024

LENTEJAS CON CHORIZO
PIZZA ARTESANA DE JAMON YORK Y QUESO
FRUTA

22/05/2024

ENSALADILLA RUSA NATURAL
TORTILLA DE QUESO
LECHUGA
FRUTA

23/05/2024

SOPA DE VERDURAS
POLLO AL AJILLO
CON PATATAS
FRUTA

24/05/2024

PAELLA DE VERDURAS
BOCADITOS DE CARNE
ENSALADA
FRUTA

Semana 5

27/05/2024

SOPA DE AVE
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA DE TOMATE
LACTEO-Fruta

28/05/2024

ENSALADA TRICOLOR
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO
CON ARROZ BLANCO
FRUTA

29/05/2024

JUDIAS CON HUEVO
SAN JACOBO AL HORNO
PATATAS COCIDAS
FRUTA

30/05/2024

CREMA DE ZANAHORIA
CINTA DE LOMO EN SU JUGO
PATATAS ASADAS
FRUTA

31/05/2024

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



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

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

Inés Barciela Cabaleiro



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

MAYO 2024

ARUME
COCINAMOS PARA TI

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

Semana 1

01/05/2024

02/05/2024

03/05/2024

FESTIVO

ARROZ CON PISTO DE VERDURAS

CREMA DE ZANAHORIA

MERLUZA A LA ROMANA

ALBONDIGAS DE AVE EN SALSA

LECHUGA

PURE DE PATATA

FRUTA

FRUTA

Semana 2

06/05/2024

07/05/2024

08/05/2024

09/05/2024

10/05/2024

MENESTRA CON JAMON

ENSALADA DE PASTA CON ATUN

JUDIAS REHOGADAS

SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS

POTAJE DE LEGUMBRES CON VERDURAS

POLLO AL HORNO

TERNERA EN SU JUGO

MERLUZA A LA ANDALUZA

TORTILLA DE PATATA

CROQUETAS CASERAS (no cerdo)

CON ARROZ BLANCO

CON PURE

CON PATATAS COCIDAS

ENSALADA DE TOMATE

ENSALADA

FRUTA

NATILLAS-Fruta

LACTEO-Fruta

FRUTA

FRUTA

Semana 3

13/05/2024

14/05/2024

15/05/2024

16/05/2024

17/05/2024

HUEVOS COCIDOS CON GUIANTES

SOPA DE PIÑONES

ARROZ TRES DELICIAS

NO LECTIVO

FESTIVO

ESPAGUETIS CON

GUISO DE TERNERA

FINGERS DE PESCADO

BOLOÑESA DE PAVO

CON PATATAS Y MENESTRA

ENSALADA

FRUTA

FRUTA

FRUTA

Semana 4

20/05/2024

21/05/2024

22/05/2024

23/05/2024

24/05/2024

ESPIRALES GRATINADOS CON TOMATE Y QUESO PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA

LENTEJAS VEGETALES

ENSALADILLA RUSA

SOPA DE VERDURAS

PAELLA DE VERDURAS

ENSALADA

PIZZA ARTESANA DE ATUN

FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA

POLLO AL AJILLO

BOCADITOS DE BACALAO

LACTEO- Fruta

FRUTA

FRUTA

FRUTA

FRUTA

Semana 5

27/05/2024

28/05/2024

29/05/2024

30/05/2024

31/05/2024

SOPA DE AVE

ENSALADA TRICOLOR

JUDIAS CON HUEVO

CREMA DE ZANAHORIA

CODITOS GRATINADOS

TORTILLA DE PATATAS

JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO

SAN JACOBO DE PAVO AL HORNO

FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA

ABADEJO AL HORNO

CON ENSALADA DE TOMATE

CON ARROZ BLANCO

PATATAS COCIDAS

PATATAS ASADAS

LECHUGA Y ZANAHORIA

LACTEO-Fruta

FRUTA

FRUTA

FRUTA

LACTEO- Fruta



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

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

Inés Barciela Cabeiro



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

MAYO 2024



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Semana 1

01/05/2024

FESTIVO

02/05/2024

ARROZ CON PISTO DE VERDURAS
MERLUZA A LA ROMANA
LECHUGA
FRUTA

03/05/2024

CREMA DE ZANAHORIA
ALBONDIGAS EN SALSAS
PURE DE PATATA
FRUTA

Semana 2

06/05/2024

VERDURAS CON JAMON
POLLO AL HORNO
CON ARROZ BLANCO
FRUTA

07/05/2024

ENSALADA DE PASTA CON ATUN
JAMON ASADO
CON PURE
NATILLAS-Fruta

08/05/2024

ENSALADA MIXTA
PESCADO PLANO
CON PATATAS COCIDAS
LACTEO-Fruta

09/05/2024

SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS
TORTILLA DE PATATA
ENSALADA DE TOMATE
FRUTA

10/05/2024

CREMA DE VERDURAS
CROQUETAS CASERAS
ENSALADA
FRUTA

Semana 3

13/05/2024

HUEVOS COCIDOS CON ENSALADA
ESPAGUETIS CON BOLOÑESA
FRUTA

14/05/2024

SOPA DE PIÑONES
GUISO DE CARNE
CON PATAS Y VERDURAS
FRUTA

15/05/2024

ARROZ CON VERDURAS
FINGERS DE PESCADO
ENSALADA
FRUTA

16/05/2024

NO LECTIVO

17/05/2024

FESTIVO

Semana 4

20/05/2024

ESPIRALES GRATINADOS CON TOMATE Y QUESO
LOMO A LA PLANCHA
ENSALADA
LACTEO- Fruta

21/05/2024

CREMA DE CALABAZA Y CALABACIN
PIZZA ARTESANA DE JAMON YORK Y QUESO
FRUTA

22/05/2024

ENSALADILLA RUSA (sin guisantes)
FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA
LECHUGA
FRUTA

23/05/2024

SOPA DE VERDURAS
POLLO AL AJILLO
CON PATATAS
FRUTA

24/05/2024

PAELLA MIXTA
BOCADITOS DE BACALAO
ENSALADA
FRUTA

Semana 5

27/05/2024

SOPA DE AVE
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA DE TOMATE
LACTEO-Fruta

28/05/2024

ENSALADA TRICOLOR
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO
CON ARROZ BLANCO
FRUTA

29/05/2024

ACELGAS CON HUEVO
SAN JACOBEO AL HORNO
PATATAS COCIDAS
FRUTA

30/05/2024

CREMA DE ZANAHORIA
CINTA DE LOMO EN SU JUGO
PATATAS ASADAS
FRUTA

31/05/2024

CODITOS GRATINADOS
ABADEJO AL HORNO
LECHUGA Y ZANAHORIA
LACTEO- Fruta



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

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

Inés Barciela Cabaleiro