



FEBRERO 2025



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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

03/02/2025

04/02/2025

05/02/2025

06/02/2025

07/02/2025

ESPAGUETIS ESP.
GRATINADOS

MENESTRA CON JAMÓN

ENSALADA DE PASTA ESP.
CON ATÚN

SOPA DE VERDURAS CON
FIDEOS ESP.

LEGUMBRES (no lentejas)
ESTOFADAS

MERLUZA A LA PLANCHA

POLLO AL HORNO

FILETE RUSO

TORTILLA DE PATATA

CROQUETAS CASERAS

JUDÍAS

CON ARROZ BLANCO

CON PURÉ

ENSALADA DE TOMATE

ENSALADA MIXTA

LACTEO-Fruta

FRUTA

GELATINA-Fruta

FRUTA

FRUTA

10/02/2025

11/02/2025

12/02/2025

13/02/2025

14/02/2025

GARBANZOS CON
VERDURITAS

HUEVOS COCIDOS CON
GUISANTES

SOPA VEGETAL

ARROZ TRES DELICIAS

CREMA DE VERDURAS

PIZZA CASERA

ESPAGUETIS ESP. CON

JAMÓN ASADO

MERLUZA A LA ROMANA

ALBONDIGAS EN SALSA

BOLOÑESA

CON PURÉ

ENSALADA

CON GUARNICION

LACTEO- Fruta

FRUTA

LÁCTEO-Fruta

FRUTA

FRUTA

17/02/2025

18/02/2025

19/02/2025

20/02/2025

21/02/2025

PASTA ESP. CON TOMATE

LEGUMBRES (no lentejas)
CON CHORIZO

ENSALADILLA RUSA

SOPA DE VERDURAS

PAELLA

LOMO A LA PLANCHA

TORTILLA ESPAÑOLA

FILETE DE MERLUZA A LA
ROMANA

POLLO AL AJILLO

BOCADITOS DE BACALAO

ENSALADA

TOMATE

LECHUGA

CON PATATAS

ENSALADA

LACTEO- Fruta

FRUTA

LÁCTEO-Fruta

FRUTA

FRUTA

24/02/2025

25/02/2025

26/02/2025

27/02/2025

28/02/2025

CALDO DE GLORIA

JUDÍAS CON HUEVO

CREMA DE ZANAHORIA

SOPA ESP. DE AVE

PASTA ESP. GRATINADA

JAMONCITOS DE POLLO
AL HORNO

FINGERS DE PESCADO

PAVO ESTOFADO

CINTA DE LOMO EN SU
JUGO

MILANESA

CON ARROZ BLANCO

PASTA ESP. SALTEADA

PATATAS

JARDINERA

LECHUGA Y ZANAHORIA

LACTEO- Fruta

FRUTA

FRUTA

FRUTA

POSTRE DE CARNAVAL



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: Marien Rodiño Fariña
Técnico Superior en Dietética y Nutrición
DNI 35472376 M



FEBRERO 2025



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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

03/02/2025

04/02/2025

05/02/2025

06/02/2025

07/02/2025

ESPAGUETIS ESP.
GRATINADOS
MERLUZA A LA PLANCHA
JUDÍAS
LACTEO-Fruta

MENESTRA CON JAMÓN
POLLO AL HORNO
CON ARROZ BLANCO
FRUTA

ENSALADA DE PASTA ESP.
CON ATÚN
FILETE RUSO
CON PURÉ
GELATINA-Fruta

SOPA DE VERDURAS CON
FIDEOS ESP.
PECHUGA DE PAVO A LA
PLANCHA
ENSALADA DE TOMATE
FRUTA

LENTEJAS ESTOFADAS
CROQUETAS CASERAS
ENSALADA MIXTA
FRUTA

10/02/2025

11/02/2025

12/02/2025

13/02/2025

14/02/2025

GARBANZOS CON
VERDURITAS
PIZZA CASERA
LACTEO- Fruta

GUISANTES REHOGADOS
CON PATATAS
ESPAGUETIS ESP.
CON BOLOÑESA
FRUTA

SOPA VEGETAL
JAMÓN ASADO
CON PURÉ
LÁCTEO-Fruta

ARROZ SALTEADO CON
VERDURAS
MERLUZA FRITA
ENSALADA
FRUTA

CREMA DE VERDURAS
ALBONDIGAS EN SALSA
CON GUARNICION
FRUTA

17/02/2025

18/02/2025

19/02/2025

20/02/2025

21/02/2025

PASTA ESP. CON TOMATE
LOMO A LA PLANCHA
ENSALADA
LACTEO- Fruta

LENTEJAS CON CHORIZO
FILETE A LA PLANCHA
TOMATE
FRUTA

ENSALADILLA RUSA
NATURAL
FILETE DE MERLUZA FRITO
LECHUGA
LÁCTEO-Fruta

SOPA DE VERDURAS
POLLO AL AJILLO
CON PATATAS
FRUTA

PAELLA
BOCADITOS DE BACALAO
ENSALADA
FRUTA

24/02/2025

25/02/2025

26/02/2025

27/02/2025

28/02/2025

CALDO DE GLORIA
POLLO AL HORNO
CON ARROZ BLANCO
LACTEO- Fruta

JUDIAS REHOGADAS
FINGERS DE PESCADO
PASTA ESP. SALTEADA
FRUTA

CREMA DE ZANAHORIA
PAVO ESTOFADO
PATATAS
FRUTA

SOPA ESP. DE AVE
CINTA DE LOMO EN SU
JUGO
JARDINERA
FRUTA

PASTA ESP. GRATINADA
FILETE EMPANADO
LECHUGA Y ZANAHORIA
POSTRE DE CARNAVAL



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: Marien Rodiño Fariña
Técnico Superior en Dietética y Nutrición
DNI 35472376 M

Semana 2

Semana 3

Semana 4

Semana 5



FEBRERO 025



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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Semana 2

03/02/2025

04/02/2025

05/02/2025

06/02/2025

07/02/2025

ESPAGUETIS CON TOMATE
MERLUZA A LA PLANCHA
JUDÍAS
YOGUR DE SOJA-Fruta

MENESTRA CON JAMÓN
POLLO AL HORNO
CON ARROZ BLANCO
FRUTA

ENSALADA DE PASTA CON ATÚN
FILETE RUSO
CON PURÉ
GELATINA-Fruta

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

LENTEJAS ESTOFADAS
CROQUETAS CASERAS
ENSALADA MIXTA
FRUTA

Semana 3

10/02/2025

11/02/2025

12/02/2025

13/02/2025

14/02/2025

GARBANZOS CON VERDURITAS
PIZZA CASERA
YOGUR DE SOJA- Fruta

HUEVOS COCIDOS CON GUISANTES
ESPAGUETIS CON BOLOÑESA
FRUTA

SOPA VEGETAL
JAMÓN ASADO
CON PURÉ
YOGUR DE SOJA- Fruta

ARROZ TRES DELICIAS
MERLUZA A LA ROMANA
ENSALADA
FRUTA

CREMA DE VERDURAS
ALBONDIGAS EN SALSA
CON GUARNICION
FRUTA

Semana 4

17/02/2025

18/02/2025

19/02/2025

20/02/2025

21/02/2025

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

LENTEJAS CON CHORIZO
TORTILLA ESPAÑOLA
TOMATE
FRUTA

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

SOPA DE VERDURAS
POLLO AL AJILLO
CON PATATAS
FRUTA

PAELLA
BOCADITOS DE BACALAO
ENSALADA
FRUTA

Semana 5

24/02/2025

25/02/2025

26/02/2025

27/02/2025

28/02/2025

CALDO DE GLORIA
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO
CON ARROZ BLANCO
YOGUR SOJA- Fruta

JUDÍAS CON HUEVO
FINGERS DE PESCADO
CODITOS SALTEADOS
FRUTA

CREMA DE ZANAHORIA
PAVO ESTOFADO
PATATAS
FRUTA

SOPA DE AVE
CINTA DE LOMO EN SU JUGO
JARDINERA
FRUTA

PASTA CON TOMATE
MILANESA
LECHUGA Y ZANAHORIA
POSTRE DE CARNAVAL



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: Marien Rodiño Fariña
Técnico Superior en Dietética y Nutrición
DNI 35472376 M



FEBRERO 2025



ARUME
COCINAMOS PARA TI

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

03/02/2025

04/02/2025

05/02/2025

06/02/2025

07/02/2025

ESPAGUETIS GRATINADOS

MENESTRA CON JAMÓN

ENSALADA DE PASTA CON
ATÚN

SOPA DE VERDURAS CON
FIDEOS

LENTEJAS ESTOFADAS

MERLUZA A LA PLANCHA

POLLO AL HORNO

FILETE RUSO

TORTILLA DE PATATA

CROQUETAS CASERAS

JUDÍAS

CON ARROZ BLANCO

CON PURÉ

ENSALADA DE TOMATE

ENSALADA MIXTA

LACTEO-Fruta

FRUTA

GELATINA-Fruta

FRUTA

FRUTA

Semana 2

10/02/2025

11/02/2025

12/02/2025

13/02/2025

14/02/2025

GARBANZOS CON
VERDURITAS

HUEVOS COCIDOS CON
GUISANTES

SOPA VEGETAL

ARROZ TRES DELICIAS

CREMA DE VERDURAS

PIZZA CASERA

ESPAGUETIS CON

JAMÓN ASADO

MERLUZA A LA ROMANA

ALBONDIGAS EN SALSA

BOLOÑESA

CON PURÉ

ENSALADA

CON GUARNICION

LACTEO- Fruta

FRUTA

LACTEO- Fruta

FRUTA

FRUTA

Semana 3

17/02/2025

18/02/2025

19/02/2025

20/02/2025

21/02/2025

ESPIRALES CON TOMATE

LENTEJAS CON CHORIZO

ENSALADILLA RUSA

SOPA DE VERDURAS

PAELLA

LOMO A LA PLANCHA

TORTILLA ESPAÑOLA

FILETE DE MERLUZA A LA
ROMANA

POLLO AL AJILLO

BOCADITOS DE BACALAO

ENSALADA

TOMATE

LECHUGA

CON PATATAS

ENSALADA

LACTEO-Fruta

FRUTA

LÁCTEO-Fruta

FRUTA

FRUTA

Semana 4

24/02/2025

25/02/2025

26/02/2025

27/02/2025

28/02/2025

CALDO DE GLORIA

JUDÍAS CON HUEVO

CREMA DE ZANAHORIA

SOPA DE AVE

PASTA GRATINADA

JAMONCITOS DE POLLO
AL HORNO

FINGERS DE PESCADO

PAVO ESTOFADO

CINTA DE LOMO EN SU
JUGO

MILANESA

CON ARROZ BLANCO

CODITOS SALTEADOS

PATATAS

JARDINERA

LECHUGA Y ZANAHORIA

LACTEO-Fruta

FRUTA

FRUTA

FRUTA

POSTRE DE CARNAVAL

Semana 5



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: Marien Rodiño Fariña
Técnico Superior en Dietética y Nutrición
DNI 35472376 M



FEBRERO 2025



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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

03/02/2025

04/02/2025

05/02/2025

06/02/2025

07/02/2025

ESPAGUETIS GRATINADOS

MENESTRA CON JAMÓN

ENSALADA DE PASTA (sin atún)

SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS

LENTEJAS ESTOFADAS

MILANESA DE CERDO

POLLO AL HORNO

FILETE RUSO

TORTILLA DE PATATA

CROQUETAS CASERAS DE CARNE

JUDÍAS

CON ARROZ BLANCO

CON PURÉ

ENSALADA DE TOMATE

ENSALADA MIXTA

LACTEO-Fruta

FRUTA

GELATINA-Fruta

FRUTA

FRUTA

Semana 2

10/02/2025

11/02/2025

12/02/2025

13/02/2025

14/02/2025

GARBANZOS CON VERDURITAS

HUEVOS COCIDOS CON GUISANTES

SOPA VEGETAL

ARROZ TRES DELICIAS

CREMA DE VERDURAS

PIZZA CASERA DE JAMON

ESPAGUETIS CON

JAMÓN ASADO

PECHUGA DE POLLO REBOZADA

ALBONDIGAS EN SALSA

BOLOÑESA DE CARNE

CON PURÉ

ENSALADA

CON GUARNICION

LACTEO- Fruta

FRUTA

LACTEO- Fruta

FRUTA

FRUTA

Semana 3

17/02/2025

18/02/2025

19/02/2025

20/02/2025

21/02/2025

ESPIRALES CON TOMATE

LENTEJAS CON CHORIZO

ENSALADILLA RUSA (sin atún)

SOPA DE VERDURAS

PAELLA

LOMO A LA PLANCHA

TORTILLA ESPAÑOLA

TORTILLA DE QUESO

POLLO AL AJILLO

BOCADITOS DE CARNE

ENSALADA

TOMATE

LECHUGA

CON PATATAS

ENSALADA

LACTEO-Fruta

FRUTA

LÁCTEO-Fruta

FRUTA

FRUTA

Semana 4

24/02/2025

25/02/2025

26/02/2025

27/02/2025

28/02/2025

CALDO DE GLORIA

JUDÍAS CON HUEVO

CREMA DE ZANAHORIA

SOPA DE AVE

PASTA GRATINADA

JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO

FINGERS DE CARNE

PAVO ESTOFADO

CINTA DE LOMO EN SU JUGO

MILANESA

CON ARROZ BLANCO

CODITOS SALTEADOS

PATATAS

JARDINERA

LECHUGA Y ZANAHORIA

LACTEO-Fruta

FRUTA

FRUTA

FRUTA

POSTRE CARNAVAL

Semana 5



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: Marien Rodiño Fariña
Técnico Superior en Dietética y Nutrición
DNI 35472376 M



FEBRERO 2025



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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

03/02/2025

04/02/2025

05/02/2025

06/02/2025

07/02/2025

ESPAGUETIS GRATINADOS

MENESTRA SALTEADA (sin jamón)

ENSALADA DE PASTA CON ATÚN

SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS

LENTEJAS ESTOFADAS

MERLUZA A LA PLANCHA

POLLO AL HORNO

TERNERA EN SU JUGO

TORTILLA DE PATATA

CROQUETAS CASERAS (no cerdo)

JUDÍAS

CON ARROZ BLANCO

CON PURÉ

ENSALADA DE TOMATE

ENSALADA MIXTA

LACTEO-Fruta

FRUTA

GELATINA-Fruta

FRUTA

FRUTA

10/02/2025

11/02/2025

12/02/2025

13/02/2025

14/02/2025

GARBANZOS CON VERDURITAS

HUEVOS COCIDOS CON GUISANTES

SOPA VEGETAL

ARROZ TRES DELICIAS

CREMA DE VERDURAS

PIZZA CASERA DE ATUN

ESPAGUETIS CON

FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA

MERLUZA A LA ROMANA

ALBONDIGAS DE AVE EN SALSA

BOLOÑESA DE PAVO

CON PURÉ

ENSALADA

CON GUARNICION

LACTEO- Fruta

FRUTA

LACTEO- Fruta

FRUTA

FRUTA

17/02/2025

18/02/2025

19/02/2025

20/02/2025

21/02/2025

ESPIRALES CON TOMATE

LENTEJAS VEGETALES

ENSALADILLA RUSA

SOPA DE VERDURAS

PAELLA

PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA

TORTILLA ESPAÑOLA

FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA

POLLO AL AJILLO

BOCADITOS DE BACALAO

ENSALADA

TOMATE

LECHUGA

CON PATATAS

ENSALADA

LACTEO-Fruta

FRUTA

LÁCTEO-Fruta

FRUTA

FRUTA

24/02/2025

25/02/2025

26/02/2025

27/02/2025



28/02/2025

CALDO DE GLORIA

JUDÍAS CON HUEVO

CREMA DE ZANAHORIA

SOPA DE AVE

PASTA GRATINADA

JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO

FINGERS DE PESCADO

PAVO ESTOFADO

FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA

PECHUGA EMPANADA

CON ARROZ BLANCO

CODITOS SALTEADOS

PATATAS

JARDINERA

LECHUGA Y ZANAHORIA

LACTEO-Fruta

FRUTA

FRUTA

FRUTA

POSTRE DE CARNAVAL



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: Marien Rodiño Fariña
Técnico Superior en Dietética y Nutrición
DNI 35472376 M



FEBRERO 2025



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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

03/02/2025

04/02/2025

05/02/2025

06/02/2025

07/02/2025

ESPAGUETIS GRATINADOS

VERDURAS CON JAMON

ENSALADA DE PASTA CON ATÚN

SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS

ARROZ CON VERDURAS

MERLUZA A LA PLANCHA

POLLO AL HORNO

FILETE RUSO

TORTILLA DE PATATA

CROQUETAS CASERAS

BRÉCOL REHOGADO

CON ARROZ BLANCO

CON PURÉ

ENSALADA DE TOMATE

ENSALADA MIXTA

LACTEO-Fruta

FRUTA

GELATINA-Fruta

FRUTA

FRUTA

Semana 2

10/02/2025

11/02/2025

12/02/2025

13/02/2025

14/02/2025

ESPINACAS REHOGADAS

HUEVOS COCIDOS CON ENSALADA

SOPA VEGETAL

ARROZ CON VERDURAS

CREMA DE VERDURAS

PIZZA CASERA

ESPAGUETIS CON

JAMÓN ASADO

MERLUZA A LA ROMANA

ALBONDIGAS EN SALSA

BOLOÑESA

CON PURÉ

ENSALADA

CON GUARNICION

LACTEO- Fruta

FRUTA

LACTEO- Fruta

FRUTA

FRUTA

Semana 3

17/02/2025

18/02/2025

19/02/2025

20/02/2025

21/02/2025

ESPIRALES CON TOMATE

SOPA DEL DÍA

ENSALADA DE PATATA, ZANAHORIA Y HUEVO FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA

SOPA DE VERDURAS

PAELLA DE VERDURAS

LOMO A LA PLANCHA

TORTILLA ESPAÑOLA

LECHUGA

POLLO AL AJILLO

BOCADITOS DE BACALAO

ENSALADA

TOMATE

LÁCTEO-Fruta

CON PATATAS

ENSALADA

LACTEO-Fruta

FRUTA

LÁCTEO-Fruta

FRUTA

FRUTA

Semana 4

24/02/2025

25/02/2025

26/02/2025

27/02/2025

28/02/2025

BRÉCOL

ACELGAS CON HUEVO

CREMA DE ZANAHORIA

SOPA DE AVE

PASTA GRATINADA

JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO

FINGERS DE PESCADO

PAVO ESTOFADO

CINTA DE LOMO EN SU JUGO

MILANESA

CON ARROZ BLANCO

CODITOS SALTEADOS

PATATAS

JARDINERA DE VERDURAS

LECHUGA Y ZANAHORIA

LACTEO-Fruta

FRUTA

FRUTA

FRUTA

POSTRE DE CARNAVAL

Semana 5



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: Marien Rodiño Fariña
Técnico Superior en Dietética y Nutrición
DNI 35472376 M