



MAYO 2025



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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

05/05/2025

06/05/2025

07/05/2025

08/05/2025

09/05/2025

MENESTRA CON JAMÓN

ENSALADA DE PASTA ESP.
CON ATÚN

PATATAS A LA CUBANA

SOPA DE VERDURAS CON
FIDEOS ESP.

VERURAS SALTEADAS

LOMO A LA PLANCHA

FILETE RUSO

MERLUZA A LA ANDALUZA

TORTILLA DE PATATA

FILETE A LA PLANCHA

CON ARROZ BLANCO

CON PURÉ

LECHUGA

ENSALADA DE TOMATE

ENSALADA MIXTA

FRUTA

NATILLAS-Fruta

LACTEO-Fruta

FRUTA

FRUTA

Semana 2

12/05/2025

13/05/2025

14/05/2025

15/05/2025

16/05/2025

GARBANZOS CON
VERDURITAS

HUEVOS COCIDOS CON
GUISANTES

ARROZ TRES DELICIAS

SOPA VEGETAL

ENSALADA PRIMAVERA

PIZZA CASERA

ESPAGUETIS ESP. CON

FINGERS DE PESCADO
CASEROS

JAMON ASADO

ALBONDIGAS EN SALSA

BOLOÑESA

ENSALADA

PURE

PATATAS JARDINERA

LACTEO- Fruta

FRUTA

FRUTA

LACTEO- Fruta

FRUTA

Semana 3

19/05/2025

20/05/2025

21/05/2025

22/05/2025

23/05/2025

PASTA ESP. CON TOMATE

ENSALADILLA RUSA

SOPA DE AVE ESP.

CREMA DE ZANAHORIA

PAELLA

ESCALOPINES EN SALSA
ESPAÑOLA

FILETE DE MERLUZA A LA
ROMANA

TORTILLA

SALTEADO DE POLLO CON
BACON Y BRÉCOL

BOCADITOS DE BACALAO

ENSALADA

LECHUGA

TOMATE

CON MACARRONES ESP.

ENSALADA

LACTEO- Fruta

FRUTA

LACTEO- Fruta

LÁCTEO

FRUTA

Semana 4

26/05/2025

27/05/2025

28/05/2025

29/05/2025

30/05/2025

ENSALADA CON
GARBANZOS

CREMA DE ZANAHORIA

JUDIAS CON CHORIZO

SOPA DE AVE

ENSALADA DE PASTA ESP.

JAMONCITOS DE POLLO
AL HORNO

FINGERS DE PESCADO
CASEROS

PAVO ESTOFADO

GUISO DE CARNE

MILANESA ESP.

CON ARROZ BLANCO

CODITOS ESP.
SALTEADOS

PATATAS

JARDINERA

LECHUGA Y TOMATE

LACTEO- Fruta

FRUTA

FRUTA

FRUTA

POSTRE CASERO

Semana 5



Garante que estos menús fueron planificados segundo es 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 visite: www.anumeservicios.com

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



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

MAYO 2025



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

05/05/2025

06/05/2025

07/05/2025

08/05/2025

09/05/2025

MENESTRA CON JAMÓN

ENSALADA DE PASTA ESP.
CON ATÚN

CREMA DE VERDURAS

SOPA DE VERDURAS CON
FIDEOS ESP.

LENTEJAS ESTOFADAS

LOMO A LA PLANCHA

FILETE RUSO

MERLUZA FRITA

PECHUGA DE PAVO A LA
PLANCHA

FILETE AL A PLANCHA

CON ARROZ BLANCO

CON PURÉ

LECHUGA

ENSALADA DE TOMATE

ENSALADA MIXTA

FRUTA

NATILLAS-Fruta

LACTEO-Fruta

FRUTA

FRUTA

Semana 2

12/05/2025

13/05/2025

14/05/2025

15/05/2025

16/05/2025

GARBANZOS CON
VERDURITAS

GUISANTES REHOGADOS

ARROZ SALTEADO CON
VERDURAS

SOPA VEGETAL

ENSALADA PRIMAVERA

PIZZA CASERA

ESPAGUETIS ESP. CON

FINGERS DE PESCADO
CASEROS

JAMON ASADO

ALBONDIGAS EN SALSA

BOLOÑESA

ENSALADA

PURE

PATATAS JARDINERA

LACTEO- Fruta

FRUTA

FRUTA

LACTEO- Fruta

FRUTA

Semana 3

19/05/2025

20/05/2025

21/05/2025

22/05/2025

23/05/2025

ESPIRALES ESP. CON
TOMATE

ENSALADILLA RUSA
NATURAL

LENTEJAS CON CHORIZO

CREMA DE ZANAHORIA
CON PICATOSTE

PAELLA

ESCALOPINES EN SALSA
ESPAÑOLA

FILETE DE MERLUZA FRITO

CARNE EN SU JUGO

SALTEADO DE POLLO,
BACON Y BRÉCOL

BOCADITOS DE
BACALAO

ENSALADA

LECHUGA

TOMATE

CON MACARRONES ESP.

ENSALADA

LACTEO- Fruta

FRUTA

LACTEO- Fruta

LÁCTEO

FRUTA

Semana 4

26/05/2025

27/05/2025

28/05/2025

29/05/2025

30/05/2025

ENSALADA CON
GARBANZOS

CREMA DE ZANAHORIA

JUDIAS CON CHORIZO

SOPA DE AVE

ENSALADA DE PASTA ESP.

JAMONCITOS DE POLLO
AL HORNO

FINGERS DE PESCADO
CASEROS

PAVO ESTOFADO

GUIZO DE CARNE

PECHUGA DE POLLO A LA
PLANCHA

CON ARROZ BLANCO

CODITOS ESP.
SALTEADOS

PATATAS

LECHUGA Y TOMATE

LACTEO- Fruta

FRUTA

FRUTA

FRUTA

POSTRE CASERO

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



MAYO 2025



ARUME
COCINAMOS PARA TI

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

05/05/2025

06/05/2025

07/05/2025

08/05/2025

09/05/2025

MENESTRA CON JAMÓN

ENSALADA DE PASTA CON ATÚN

PATATAS A LA CUBANA

SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS

LENTEJAS ESTOFADAS

LOMO A LA PLANCHA

FILETE A LA PLANCHA

MERLUZA A LA ANDALUZA

TORTILLA DE PATATA

CARNE EN SU JUGO

CON ARROZ BLANCO

CON PURÉ (sin lácteos)

LECHUGA

ENSALADA DE TOMATE

ENSALADA MIXTA

FRUTA

YOGUR DE SOJA- Fruta

YOGUR DE SOJA-Fruta

FRUTA

FRUTA

12/05/2025

13/05/2025

14/05/2025

15/05/2025

16/05/2025

GARBANZOS CON VERDURITAS
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA

HUEVOS COCIDOS CON GUI SANTES
ESPAGUETIS CON

ARROZ TRES DELICIAS
FINGERS DE PESCADO CASEROS

SOPA VEGETAL
JAMON ASADO

ENSALADA PRIMAVERA
ALBONDIGAS EN SALSA

CON PATATAS AL VAPOR

BOLOÑESA

ENSALADA

CON PURÉ (sin lácteos)

PATATAS JARDINERA

YOGUR DE SOJA- Fruta

FRUTA

FRUTA

YOGUR DE SOJA- Fruta

FRUTA

19/05/2025

20/05/2025

21/05/2025

22/05/2025

23/05/2025

ESPIRALES CON TOMATE
ESCALOPINES EN SALSA ESPAÑOLA

ENSALADILLA RUSA
FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA

LENTEJAS CON CHORIZO
TORTILLA

CREMA DE ZANAHORIA CON PICATOSTES
SALTEADO DE POLLO, BACON Y BRÉCOL

PAELLA
BOCADITOS DE BACALAO

ENSALADA

LECHUGA

TOMATE

CON MACARRONES

ENSALADA

YOGUR SOJA- Fruta

FRUTA

YOGUR SOJA- Fruta

YOGUR SOJA

FRUTA

26/05/2025

27/05/2025

28/05/2025

29/05/2025

30/05/2025

ENSALADA CON GARBANZOS

CREMA DE ZANAHORIA

JUDIAS CON CHORIZO

SOPA DE AVE

ENSALADA DE PASTA

JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO

FINGERS DE PESCADO CASEROS

PAVO ESTOFADO

GUIISO DE CARNE

MILANESA

CON ARROZ BLANCO

CODITOS SALTEADOS

PATATAS

LECHUGA Y TOMATE

YOGUR SOJA- Fruta

FRUTA

FRUTA

FRUTA

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 calidad. Se desexa consultar o menú online visíte: www.arumeservicios.com

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



MAYO 2025



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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

05/05/2025

06/05/2025

07/05/2025

08/05/2025

09/05/2025

MENESTRA CON JAMÓN
LOMO A LA PLANCHA
CON ARROZ BLANCO
FRUTA

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

PATATAS A LA CUBANA
MERLUZA A LA ANDALUZA
LECHUGA
LACTEO-Fruta

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

LENTEJAS ESTOFADAS
CROQUETAS CASERAS
ENSALADA
FRUTA

12/05/2025

13/05/2025

14/05/2025

15/05/2025

16/05/2025

GARBANZOS CON VERDURITAS
PIZZA CASERA
LACTEO- Fruta

HUEVOS COCIDOS CON GUISANTES
ESPAGUETIS CON BOLOÑESA
FRUTA

ARROZ TRES DELICIAS
FINGERS DE PESCADO CASEROS
ENSALADA
FRUTA

SOPA VEGETAL
JAMON ASADO
PURE
LACTEO- Fruta

ENSALADA PRIMAVERA
ALBONDIGAS EN SALSA
PATATAS JARDINERA
FRUTA

19/05/2025

20/05/2025

21/05/2025

22/05/2025

23/05/2025

ESPIRALES CON TOMATE
ESCALOPINES EN SALSA ESPAÑOLA
ENSALADA
LACTEO-Fruta

ENSALADILLA RUSA
FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA
LECHUGA
FRUTA

LENTEJAS CON CHORIZO
TORTILLA
TOMATE
LACTEO-Fruta

CREMA DE ZANAHORIA CON PICATOSTES
SALTEADO DE POLLO, BACON, BRÉCOL
CON MACARRONES
LÁCTEO

PAELLA
BOCADITOS DE BACALAO
ENSALADA
FRUTA

26/05/2025

27/05/2025

28/05/2025

29/05/2025

30/05/2025

ENSALADA CON GARBANZOS
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO
CON ARROZ BLANCO
LACTEO-Fruta

CREMA DE ZANAHORIA
FINGERS DE PESCADO CASEROS
CODITOS SALTEADOS
FRUTA

JUDIAS CON CHORIZO
PAVO ESTOFADO
PATATAS
FRUTA

SOPA DE AVE
GUISO DE CARNE
FRUTA

ENSALADA DE PASTA
MILANESA
LECHUGA Y TOMATE
BIZCOCHO CASERO



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



MAYO 2025



ARUME
COCINAMOS PARA TI

SIN PESCADO NI MARISCO. Ningún

plato de este menú contiene pescado, ni marisco ni trazas

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

05/05/2025

06/05/2025

07/05/2025

08/05/2025

09/05/2025

MENESTRA CON JAMÓN

ENSALADA DE PASTA

PATATAS A LA CUBANA

SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS

LENTEJAS ESTOFADAS

LOMO A LA PLANCHA

FILETE RUSO

MAGRO EN SU JUGO

TORTILLA DE PATATA

CROQUETAS CASERAS DE CARNE

CON ARROZ BLANCO

CON PURÉ

LECHUGA

ENSALADA DE TOMATE

ENSALADA MIXTA

FRUTA

NATILLAS-Fruta

LACTEO-Fruta

FRUTA

FRUTA

Semana 2

12/05/2025

13/05/2025

14/05/2025

15/05/2025

16/05/2025

GARBANZOS CON VERDURITAS

HUEVOS COCIDOS CON GUI SANTES

ARROZ TRES DELICIAS

SOPA VEGETAL

ENSALADA PRIMAVERA

PIZZA CASERA DE JAMON

ESPAGUETIS CON

FINGERS DE POLLO CASEROS

JAMON ASADO

ALBONDIGAS EN SALSA

LACTEO- Fruta

FRUTA

FRUTA

LACTEO- Fruta

FRUTA

Semana 3

19/05/2025

20/05/2025

21/05/2025

22/05/2025

23/05/2025

ESPIRALES CON TOMATE

ENSALADILLA RUSA

LENTEJAS CON CHORIZO

CREMA DE ZANAHORIA CON PICATOSTES

PAELLA

ESCALOPINES EN SALSA ESPAÑOLA

FILETE A LA PLANCHA

TORTILLA

SALTEADO DE POLLO, BACON Y BRÉCOL

BOCADITOS DE CARNE

ENSALADA

LECHUGA

TOMATE

CON MACARRONES

ENSALADA

LACTEO-Fruta

FRUTA

LACTEO-Fruta

LÁCTEO

FRUTA

Semana 4

26/05/2025

27/05/2025

28/05/2025

29/05/2025

30/05/2025

ENSALADA CON GARBANZOS

CREMA DE ZANAHORIA

JUDIAS CON CHORIZO

SOPA DE AVE

ENSALADA DE PASTA

JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO

FILETE A LA PLANCHA

PAVO ESTOFADO

GUI SO DE CARNE

MILANESA

CON ARROZ BLANCO

CODITOS SALTEADOS

PATATAS

FRUTA

LECHUGA Y TOMATE

LACTEO-Fruta

FRUTA

FRUTA

FRUTA

BIZCOCHO CASERO

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



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

MAYO 2025



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

05/05/2025

MENESTRA REHOGADA
PECHUGA DE POLLO A LA
PLANCHA
CON ARROZ BLANCO
FRUTA

06/05/2025

ENSALADA DE PASTA CON
ATÚN
TERNERA EN SU JUGO
CON PURÉ
NATILLAS-Fruta

07/05/2025

PATATAS A LA CUBANA
MERLUZA A LA ANDALUZA
LECHUGA
LACTEO-Fruta

08/05/2025

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

09/05/2025

LENTEJAS CON
VERDURAS
CROQUETAS CASERAS (no
cerdo)
ENSALADA MIXTA
FRUTA

Semana 2

12/05/2025

GARBANZOS CON
VERDURITAS
PIZZA CASERA DE ATUN
LACTEO- Fruta

13/05/2025

HUEVOS COCIDOS CON
GUISANTES
ESPAGUETIS CON
BOLOÑESA DE PAVO
FRUTA

14/05/2025

ARROZ TRES DELICIAS
FINGERS DE PESCADO
CASEROS
ENSALADA
FRUTA

15/05/2025

SOPA VEGETAL
FILETE DE TERNERA A LA
PLANCHA
PURE
LACTEO- Fruta

16/05/2025

ENSALADA PRIMAVERA
ALBONDIGAS DE AVE EN
SALSA
PATATAS JARDINERA
FRUTA

Semana 3

19/05/2025

ESPIRALES CON TOMATE
PECHUGA DE POLLO A LA
PLANCHA
ENSALADA
LACTEO-Fruta

20/05/2025

ENSALADILLA RUSA
FILETE DE MERLUZA A LA
ROMANA
LECHUGA
FRUTA

21/05/2025

LENTEJAS CON
VERDURAS
TORTILLA
TOMATE
LACTEO-Fruta

22/05/2025

CREMA DE ZANAHORIA
CON PICATOSTES
SALTEADO DE POLLO CON
BRÉCOL
CON MACARRONES
LÁCTEO

23/05/2025

PAELLA
BOCADITOS DE
BACALAO
ENSALADA
FRUTA

Semana 4

26/05/2025

ENSALADA CON
GARBANZOS
JAMONCITOS DE POLLO
AL HORNO
CON ARROZ BLANCO
LACTEO-Fruta

27/05/2025

CREMA DE ZANAHORIA
FINGERS DE PESCADO
CASEROS
CODITOS SALTEADOS
FRUTA

28/05/2025

JUDIAS REHOGADAS
PAVO ESTOFADO
PATATAS
FRUTA

29/05/2025

SOPA DE AVE
FILETE DE TERNERA A LA
PLANCHA
JARDINERA
FRUTA

30/05/2025

ENSALADA DE PASTA
MILANESA DE POLLO
LECHUGA Y TOMATE
BIZCOCHO CASERO

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



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

MAYO 2025



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

05/05/2025

06/05/2025

07/05/2025

08/05/2025

09/05/2025

VERDURAS CON JAMÓN
LOMO A LA PLANCHA
CON ARROZ BLANCO
FRUTA

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

PATATAS A LA CUBANA
MERLUZA A LA ANDALUZA
LECHUGA
LACTEO-Fruta

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

SOPA DE AVE
CROQUETAS CASERAS
ENSALADA MIXTA
FRUTA

Semana 2

12/05/2025

13/05/2025

14/05/2025

15/05/2025

16/05/2025

ESPINACAS REHOGADAS
PIZZA CASERA DE ATUN
LACTEO- Fruta

HUEVOS COCIDOS CON ENSALADA
ESPAGUETIS CON BOLOÑESA
FRUTA

ARROZ TRES DELICIAS
FINGERS DE PESCADO CASEROS
ENSALADA
FRUTA

SOPA VEGETAL
JAMON ASADO
PURE
LACTEO- Fruta

ENSALADA PRIMAVERA
ALBONDIGAS EN SALSA
PATATAS JARDINERA
FRUTA

Semana 3

19/05/2025

20/05/2025

21/05/2025

22/05/2025

23/05/2025

ESPIRALES CON TOMATE
ESCALOPINES EN SALSA ESPAÑOLA
ENSALADA
LACTEO-Fruta

ENSALADILLA DE PATATA
FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA
LECHUGA
FRUTA

SOPA DEL DÍA
TORTILLA
TOMATE
LACTEO-Fruta

CREMA DE ZANAHORIA
SALTEADO DE POLLO, BACON Y BRÉCOL
CON MACARRONES
LÁCTEO

PAELLA
BOCADITOS DE BACALAO
ENSALADA
FRUTA

Semana 4

26/05/2025

27/05/2025

28/05/2025

29/05/2025

30/05/2025

ENSALADA CON GARBANZOS
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO
CON ARROZ BLANCO
LACTEO-Fruta

CREMA DE ZANAHORIA
FINGERS DE PESCADO CASEROS
CODITOS SALTEADOS
FRUTA

ACELGAS CON CHORIZO
PAVO EN SU JUGO
PATATAS
FRUTA

SOPA DE AVE
CARNE EN SU JUGO
BERENJENA Y CALABACÍN SALTEADO
FRUTA

ENSALADA DE PASTA
MILANESA
LECHUGA Y TOMATE
BIZCOCHO CASERO

Semana 5



Garante 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 materias primas de 1ª calidad. Se desexa consultar o menú online visite: www.arumeservicios.com

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