



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

**ABRIL 2024**



**LUNS**

01/04/2024

NO LECTIVO

**MARTES**

02/04/2024

HUEVOS COCIDOS CON  
GUISANTES

ESPAGUETIS CON

BOLOÑESA

FRUTA

**MÉRCORES**

03/04/2024

ARROZ TRES DELICIAS

PESCADO A LA PLANCHA

CON ENSALADA

FRUTA

**XOVES**

04/04/2024

SOPA VEGETAL

JAMON ASADO

PURE

LACTEO- Fruta

**VENRES**

05/04/2024

CREMA DE VERDURAS

ALBONDIGAS EN SALSA

CON GUARNICION

FRUTA

Semana 3

08/04/2024

PASTA CON TOMATE

LOMO A LA PLANCHA

ENSALADA

LACTEO- Fruta

09/04/2024

SOPA DE AVE

PIZZA ARTESANA DE JAMON  
YORK Y QUESO

FRUTA

10/04/2024

ENSALADILLA RUSA

FILETE DE MERLUZA A LA  
ROMANA

FRUTA

11/04/2024

SOPA DE VERDURAS

POLLO AL AJILLO

CON PATATAS

FRUTA

12/04/2024

PAELLA

BOCADITOS DE BACALAO

ENSALADA

FRUTA

Semana 4

15/04/2024

SOPA DE AVE

TORTILLA DE PATATAS

CON ENSALADA DE TOMATE

LACTEO- Fruta

16/04/2024

CALDO GALLEGO

JAMONCITOS DE POLLO AL  
HORNO

CON ARROZ BLANCO

FRUTA

17/04/2024

JUDÍAS REHOGADAS

SAN JACOBO AL HORNO

LECHUGA

FRUTA

18/04/2024

CREMA DE ZANAHORIA

CINTA DE LOMO AL HORNO

PATATAS ASADAS

FRUTA

19/04/2024

PASTA CON GRATINADA

ABADEJO AL HORNO

LECHUGA Y ZANAHORIA

LACTEO- Fruta

Semana 5

22/04/2024

CREMA DE CALABAZA

FILETE RUSO

PATATAS FRITAS

LACTEO- Fruta

23/04/2024

MENESTRA REHOGADA CON  
JAMON

MERLUZA AL HORNO

CON PATATAS AL HORNO

FRUTA

24/04/2024

MACARRONES SALTEADOS

PECHUGA DE POLLO EN SU  
JUGO

CON ENSALADA

FRUTA

25/04/2024

ARROZ CON TOMATE

TORTILLA FRANCESA

ENSALADA CON ATUN

FRUTA

26/04/2024

SOPA HORTELANA

GUISO DE CARNE

CON PATATAS

FRUTA

Semana 6

29/04/2024

SOPA DE AVE

FILETE A LA PLANCHA

ARROZ

LACTEO-Fruta

30/04/2024

CREMA DE VERDURAS  
POLLO ESTOFADO CON  
PASTA

LECHUGA

FRUTA

Semana 1



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



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

**ABRIL 2024**



**LUNS**

01/04/2024

NO LECTIVO

LACTEO- Fruta

**MARTES**

02/04/2024

GUISANTES REHOGADOS

ESPAGUETIS CON

BOLOÑESA

FRUTA

**MÉRCORES**

03/04/2024

ARROZ TRES DELICIAS

PESCADO A LA PLANCHA

CON ENSALADA

FRUTA

**XOVES**

04/04/2024

SOPA VEGETAL

JAMON ASADO

PURE

LATEO- Fruta

**VENRES**

05/04/2024

CREMA DE VERDURAS

ALBONDIGAS EN SALSA

CON GUARNICION

FRUTA

Semana 3

08/04/2024

ESPIRALES CON TOMATE

LOMO A LA PLANCHA

ENSALADA

LACTEO- Fruta

09/04/2024

LENTEJAS CON CHORIZO

PIZZA ARTESANA DE JAMON  
YORK Y QUESO

FRUTA

10/04/2024

ENSALADILLA RUSA NATURAL

FILETE DE MERLUZA FRITO

FRUTA

11/04/2024

SOPA DE VERDURAS

POLLO AL AJILLO

CON PATATAS

FRUTA

12/04/2024

PAELLA

BOCADITOS DE BACALAO

ENSALADA

FRUTA

Semana 4

15/04/2024

SOPA DE AVE

FILETE A LA PLANCHA

CON ENSALADA DE TOMATE

LACTEO- Fruta

16/04/2024

CALDO GALLEGO

JAMONCITOS DE POLLO AL  
HORNO

CON ARROZ BLANCO

FRUTA

17/04/2024

JUDÍAS REHOGADAS

SAN JACOBO AL HORNO

LECHUGA

FRUTA

18/04/2024

CREMA DE ZANAHORIA

CINTA DE LOMO AL HORNO

PATATAS ASADAS

FRUTA

19/04/2024

CODITOS GRATINADOS

ABADEJO AL HORNO

LECHUGA Y ZANAHORIA

LACTEO- Fruta

Semana 5

22/04/2024

CREMA DE CALABAZA

FILETE RUSO

PATATAS FRITAS

LACTEO- Fruta

23/04/2024

MENESTRA CON JAMON

MERLUZA AL HORNO

CON PATATAS

FRUTA

24/04/2024

MACARRONES SALTEADOS

PECHUGA DE POLLO EN SU  
JUGO

CON ENSALADA

FRUTA

25/04/2024

ARROZ CON TOMATE

FILETE A LA PLANCHA

ENSALADA CON ATUN

FRUTA

26/04/2024

SOPA HORTELANA

GUISO DE CARNE

CON PATATAS

FRUTA

Semana 6

29/04/2024

LENTEJAS VEGETALES

FILETE A LA PLANCHA

ARROZ

LACTEO-Fruta

30/04/2024

CREMA DE VERDURAS

POLLO ESTOFADO CON  
FIDEOS

LECHUGA

FRUTA

Semana 1



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 visíte: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)

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

*Inés Barciela Cabaleiro*



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

**ABRIL 2024**



Semana 3

**LUNS**

01/04/2024

NO LECTIVO

**MARTES**

02/04/2024

HUEVOS COCIDOS CON  
GUISANTES

ESPAGUETIS CON

BOLOÑESA

FRUTA

**MÉRCORES**

03/04/2024

ARROZ TRES DELICIAS

FINGERS DE PESCADO

CON ENSALADA

FRUTA

**XOVES**

04/04/2024

SOPA VEGETAL

JAMON ASADO

PURE

YOGUR SOJA- Fruta

**VENRES**

05/04/2024

CREMA DE VERDURAS

ALBONDIGAS EN SALSA

CON GUARNICION

FRUTA

Semana 4

08/04/2024

ESPIRALES CON TOMATE

LOMO A LA PLANCHA

ENSALADA

YOGUR SOJA- Fruta

09/04/2024

LENTEJAS CON CHORIZO

PIZZA ARTESANA

FRUTA

10/04/2024

ENSALADILLA RUSA

FILETE DE MERLUZA A LA  
ROMANA

FRUTA

11/04/2024

SOPA DE VERDURAS

POLLO AL AJILLO

CON PATATAS

FRUTA

12/04/2024

PAELLA

BOCADITOS DE BACALAO

ENSALADA

FRUTA

Semana 5

15/04/2024

SOPA DE AVE

TORTILLA DE PATATAS

CON ENSALADA DE TOMATE

YOGUR SOJA- Fruta

16/04/2024

CALDO GALLEGO

JAMONCITOS DE POLLO AL  
HORNO

CON ARROZ BLANCO

FRUTA

17/04/2024

JUDÍAS REHOGADAS

SAN JACOBO AL HORNO

LECHUGA

FRUTA

18/04/2024

CREMA DE ZANAHORIA

CINTA DE LOMO AL HORNO

PATATAS ASADAS

FRUTA

19/04/2024

CODITOS CON TOMATE

ABADEJO AL HORNO

LECHUGA Y ZANAHORIA

YOGUR SOJA- Fruta

Semana 6

22/04/2024

CREMA DE CALABAZA

FILETE RUSO

PATATAS FRITAS

YOGUR SOJA- Fruta

23/04/2024

MENESTRA REHOGADA CON  
JAMON

MERLUZA AL HORNO

CON PATATAS

FRUTA

24/04/2024

MACARRONES SALTEADOS

PECHUGA DE POLLO EN SU  
JUGO

CON ENSALADA

FRUTA

25/04/2024

ARROZ CON TOMATE

TORTILLA FRANCESA

ENSALADA CON ATUN

FRUTA

26/04/2024

SOPA HORTELANA

GUISO DE CARNE

CON PATATAS

FRUTA

Semana 1

29/04/2024

LENTEJAS VEGETALES

MILANESA

ARROZ

YOGUR SOJA- Fruta

30/04/2024

CREMA DE VERDURAS

POLLO ESTOFADO CON  
FIDEOS

LECHUGA

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](http://www.arumeservicios.com)

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

*Inés Barciela Cabaleiro*



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

**ABRIL 2024**



Semana 3

**LUNS**

01/04/2024

NO LECTIVO

LACTEO-Fruta

**MARTES**

02/04/2024

HUEVOS COCIDOS CON  
GUISANTES

ESPAGUETIS CON

BOLOÑESA

FRUTA

**MÉRCORES**

03/04/2024

ARROZ TRES DELICIAS

FINGERS DE PESCADO

ENSALADA

FRUTA

**XOVES**

04/04/2024

SOPA VEGETAL

JAMON ASADO

PURE

LACTEO- Fruta

**VENRES**

05/04/2024

CREMA DE VERDURAS

ALBONDIGAS EN SALSA

CON GUARNICION

FRUTA

Semana 4

08/04/2024

ESPIRALES CON TOMATE

LOMO A LA PLANCHA

ENSALADA

LACTEO-Fruta

09/04/2024

LENTEJAS CON CHORIZO  
PIZZA ARTESANA DE JAMON  
YORK Y QUESO

FRUTA

10/04/2024

ENSALADILLA RUSA  
FILETE DE MERLUZA A LA  
ROMANA

FRUTA

11/04/2024

SOPA DE VERDURAS

POLLO AL AJILLO

CON PATATAS

FRUTA

12/04/2024

PAELLA

BOCADITOS DE BACALAO

ENSALADA

FRUTA

Semana 5

15/04/2024

SOPA DE AVE

TORTILLA DE PATATAS

CON ENSALADA DE TOMATE

LACTEO-Fruta

16/04/2024

CALDO GALLEGO

JAMONCITOS DE POLLO AL  
HORNO

CON ARROZ BLANCO

FRUTA

17/04/2024

JUDÍAS REHOGADAS

SAN JACOBO AL HORNO

LECHUGA

FRUTA

18/04/2024

CREMA DE ZANAHORIA

CINTA DE LOMO AL HORNO

PATATAS ASADAS

FRUTA

19/04/2024

CODITOS GRATINADOS

ABADEJO AL HORNO

LECHUGA Y ZANAHORIA

LACTEO- Fruta

Semana 6

22/04/2024

CREMA DE CALABAZA

FILETE RUSO

PATATAS FRITAS

LACTEO- Fruta

23/04/2024

MENESTRA CON JAMON

MERLUZA AL HORNO

CON PATATAS

FRUTA

24/04/2024

MACARRONES SALTEADOS  
PECHUGA DE POLLO EN SU  
JUGO

CON ENSALADA

FRUTA

25/04/2024

ARROZ CON TOMATE

TORTILLA FRANCESA

ENSALADA CON ATUN

FRUTA

26/04/2024

SOPA HORTELANA

GUISO DE CARNE

CON PATATAS

FRUTA

Semana 1

29/04/2024

LENTEJAS VEGETALES

MILANESA

ARROZ

LACTEO-Fruta

30/04/2024

CREMA DE VERDURAS  
POLLO ESTOFADO CON  
FIDEOS

LECHUGA

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

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

### ABRIL -2024



Semana 3

LUNS

01/04/2024

NO LECTIVO

MARTES

02/04/2024

HUEVOS COCIDOS CON  
GUISANTES

ESPAGUETIS CON

BOLOÑESA

FRUTA

MÉRCORES

03/04/2024

ARROZ TRES DELICIAS

FINGERS DE POLLO

ENSALADA

FRUTA

XOVES

04/04/2024

SOPA VEGETAL

JAMON ASADO

PURE

LACTEO- Fruta

VENRES

05/04/2024

CREMA DE VERDURAS

ALBONDIGAS EN SALSA

CON GUARNICION

FRUTA

Semana 4

08/04/2024

ESPIRALES CON TOMATE

LOMO A LA PLANCHA

ENSALADA

LACTEO-Fruta

09/04/2024

LENTEJAS CON CHORIZO

PIZZA ARTESANA DE JAMON  
YORK Y QUESO

FRUTA

10/04/2024

ENSALADILLA RUSA

TORTILLA DE QUESO

FRUTA

11/04/2024

SOPA DE VERDURAS

POLLO AL AJILLO

CON PATATAS

FRUTA

12/04/2024

PAELLA

CROQUETAS DE JAMÓN

ENSALADA

FRUTA

Semana 5

15/04/2024

SOPA DE AVE

TORTILLA DE PATATAS

CON ENSALADA DE TOMATE

LACTEO-Fruta

16/04/2024

CALDO GALLEGO

JAMONCITOS DE POLLO AL  
HORNO

CON ARROZ BLANCO

FRUTA

17/04/2024

JUDÍAS REHOGADAS

SAN JACOBO AL HORNO

LECHUGA

FRUTA

18/04/2024

CREMA DE ZANAHORIA

CINTA DE LOMO AL HORNO

PATATAS ASADAS

FRUTA

19/04/2024

CODITOS GRATINADOS

FILETE A LA PLANCHA

LECHUGA Y ZANAHORIA

LACTEO- Fruta

Semana 6

22/04/2024

CREMA DE CALABAZA

FILETE RUSO

PATATAS FRITAS

LACTEO- Fruta

23/04/2024

MENESTRA CON JAMON

FILETE A LA PLANCHA

CON PATATAS

FRUTA

24/04/2024

MACARRONES SALTEADOS

PECHUGA DE POLLO EN SU  
JUGO

CON ENSALADA

FRUTA

25/04/2024

ARROZ CON TOMATE

TORTILLA FRANCESA

ENSALADA

FRUTA

26/04/2024

SOPA HORTELANA

GUISO DE CARNE

CON PATATAS

FRUTA

Semana 1

29/04/2024

LENTEJAS VEGETALES

MILANESA

ARROZ

LACTEO-Fruta

30/04/2024

CREMA DE VERDURAS

POLLO ESTOFADO CON

FIDEOS

LECHUGA

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

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



ABRIL 2024



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

Semana 3

LUNS

01/04/2024

NO LECTIVO

MARTES

02/04/2024

HUEVOS COCIDOS CON  
GUISANTES

ESPAGUETIS CON

BOLOÑESA DE PAVO

FRUTA

MÉRCORES

03/04/2024

ARROZ TRES DELICIAS

FINGERS DE PESCADO

ENSALADA

FRUTA

XOVES

04/04/2024

SOPA VEGETAL

PECHUGA DE POLLO A LA  
PLANCHA

PURE

LACTEO- Fruta

VENRES

05/04/2024

CREMA DE VERDURAS

ALBONDIGAS DE AVE EN  
SALSA

CON GUARNICION

FRUTA

Semana 4

08/04/2024

ESPIRALES CON TOMATE

PECHUGA DE POLLO A LA  
PLANCHA

ENSALADA

LACTEO-Fruta

09/04/2024

LENTEJAS

PIZZA ARTESANA DE ATUN

FRUTA

10/04/2024

ENSALADILLA RUSA

FILETE DE MERLUZA A LA  
ROMANA

FRUTA

11/04/2024

SOPA DE VERDURAS

POLLO AL AJILLO

CON PATATAS

FRUTA

12/04/2024

PAELLA

BOCADITOS DE BACALAO

ENSALADA

FRUTA

Semana 5

15/04/2024

SOPA DE AVE

TORTILLA DE PATATAS

CON ENSALADA DE TOMATE

LACTEO-Fruta

16/04/2024

CALDO VEGETAL

JAMONCITOS DE POLLO AL  
HORNO

CON ARROZ BLANCO

FRUTA

17/04/2024

JUDÍAS REHOGADAS

SAN JACOBO DE PAVO AL  
HORNO

LECHUGA

FRUTA

18/04/2024

CREMA DE ZANAHORIA

FILETE DE TERNERA A LA  
PLANCHA

PATATAS ASADAS

FRUTA

19/04/2024

CODITOS GRATINADOS

ABADEJO AL HORNO

LECHUGA Y ZANAHORIA

LACTEO- Fruta

Semana 6

22/04/2024

CREMA DE CALABAZA

FILETE RUSO

PATATAS FRITAS

LACTEO- Fruta

23/04/2024

MENESTRA REHOGADA

MERLUZA AL HORNO

CON PATATAS

FRUTA

24/04/2024

MACARRONES SALTEADOS

PECHUGA DE POLLO EN SU  
JUGO

CON ENSALADA

FRUTA

25/04/2024

ARROZ CON TOMATE

TORTILLA FRANCESA

ENSALADA CON ATUN

FRUTA

26/04/2024

SOPA HORTELANA

GUISO DE TERNERA

CON PATATAS

FRUTA

Semana 1

29/04/2024

LENTEJAS VEGETALES

MILANESA

ARROZ

LACTEO-Fruta

30/04/2024

CREMA DE VERDURAS  
POLLO ESTOFADO CON

FIDEOS

LECHUGA

FRUTA



Garante que estos menús fueron planificados segundo os principios dietéticos-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade. Se desexa

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



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

**ABRIL 2024**



**LUNS**

01/04/2024

NO LECTIVO

LACTEO-Fruta

**MARTES**

02/04/2024

HUEVOS COCIDOS  
ENSALADA

ESPAGUETIS CON

BOLOÑESA

FRUTA

**MÉRCORES**

03/04/2024

ARROZ TRES DELICIAS

FINGERS DE PESCADO

ENSALADA

FRUTA

**XOVES**

04/04/2024

SOPA VEGETAL

JAMON ASADO

PURE

LACTEO- Fruta

**VENRES**

05/04/2024

CREMA DE VERDURAS

ALBONDIGAS EN SALSA

CON GUARNICION

FRUTA

Semana 3

08/04/2024

ESPIRALES CON TOMATE

LOMO A LA PLANCHA

ENSALADA

LACTEO-Fruta

09/04/2024

SOPA DEL DÍA

PIZZA ARTESANA DE JAMON  
YORK Y QUESO

FRUTA

10/04/2024

ENSALADILLA RUSA

FILETE DE MERLUZA A LA  
ROMANA

FRUTA

11/04/2024

SOPA DE VERDURAS

POLLO AL AJILLO

CON PATATAS

FRUTA

12/04/2024

PAELLA

BOCADITOS DE BACALAO

ENSALADA

FRUTA

Semana 4

15/04/2024

SOPA DE AVE

TORTILLA DE PATATAS

CON ENSALADA DE TOMATE

LACTEO-Fruta

16/04/2024

CALDO GALLEGO

JAMONCITOS DE POLLO AL  
HORNO

CON ARROZ BLANCO

FRUTA

17/04/2024

SOPA DE FIDEOS

SAN JACOBO AL HORNO

LECHUGA

FRUTA

18/04/2024

CREMA DE ZANAHORIA

CINTA DE LOMO AL HORNO

PATATAS ASADAS

FRUTA

19/04/2024

CODITOS GRATINADOS

ABADEJO AL HORNO

LECHUGA Y ZANAHORIA

LACTEO- Fruta

Semana 5

22/04/2024

CREMA DE CALABAZA

FILETE RUSO

PATATAS FRITAS

LACTEO- Fruta

23/04/2024

ENSALADA

MERLUZA AL HORNO

CON PATATAS

FRUTA

24/04/2024

MACARRONES SALTEADOS

PECHUGA DE POLLO EN SU  
JUGO

CON ENSALADA

FRUTA

25/04/2024

ARROZ CON TOMATE

TORTILLA FRANCESA

ENSALADA CON ATUN

FRUTA

26/04/2024

SOPA HORTELANA

GUISO DE CARNE

CON PATATAS

FRUTA

Semana 6

29/04/2024

SOPA DE AVE

MILANESA

ARROZ

LACTEO-Fruta

30/04/2024

CREMA DE VERDURAS  
POLLO ESTOFADO CON  
FIDEOS

LECHUGA

FRUTA

Semana 1



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

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

*Inés Barciela Cabaleiro*