



CELIACA

DECEMBRO 2025



Semana 1

LUNS

01/12/2025

CREMA DE CHÍCHAROS
LOMBO ASADO EN SALSA DE LARANXA
ARROZ BRANCO
IOGUR

MARTES

02/12/2025

FABAS ESTUFADAS
ATÚN GUISADO
MACARRONS
FROITA

MÉRCORES

03/12/2025

SOPA DE VERDURAS CON FIDEO
ESTUFADO DE POLO CON PATACAS
FROITA

XOVES

04/12/2025

POTAXE DE GARAVANZOS
TORTILLA DE PATACA
TOMATE NATURAL
FROITA

VENRES

05/12/2025

MACARRONS CON VERDURAS
PESCADA O FORNO
PATACA COCIDA
IOGUR

Semana 2

08/12/2025

FESTIVO

09/12/2025

CREMA DE PORROS
ESTUFADO DE TENREIRA A XARDIÑEIRA
IOGUR

10/12/2025

MACARRONS CON TOMATE
PESCADA EN SALSA VERDE
VERDURAS
FROITA

11/12/2025

FABAS ESTUFADAS
POLO EN PEPITORIA
XUDIAS REFOGADAS
IOGUR

12/12/2025

SOPA DE FIDEOS
RAXO DE ATUN
ARROZ CON VERDURAS
FROITA

Semana 3

15/12/2025

CREMA DE CABACIÑA
TORTILLA DE PATACA
ENSALADA DE TOMATE E OLIVAS
FROITA

16/12/2025

SOPA DE FIDEOS
FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA
ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA
FROITA

17/12/2025

GARAVANZOS CON ACELGAS
XAMÓN ASADO EN SALSA
VERDURAS
IOGUR

18/12/2025

CREMA DE CABAZA
GUIZO DE PORCO CON ARROZ
FROITA

19/12/2025

SOPA DE FIDEOS
PEITUGA DE POLO ENFARIÑADA
PATACA ASADA
CHOCOLATINA



Garante que estos menús fueron planificados segundo os principios dietético - nutricionais establecidos polo 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.arumeeservicios.com

