



COLEXIO MIRALBA
JESUITINAS DE VIGO

FEBREIRO 2026



	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES		
	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026		
Semana 2	CROQUETAS CON LEITUGA	CREMA DE CENORIA	SOPA VEXETAL	LENTELLAS Á CASEIRA	CODIÑOS AO GRATEN	ENERXÍA (Kcal)	651.02
	PAELLA MARIÑEIRA	TAQUIÑOS DE PAVO, BACON E BRÓCOLI CON PASTA	FILETE RUSO CON TOMATE GRELLADO	TORTILLA DE PATACA	XARDA AO FORNO	Prot. (g)	25.36
	LACTEO-FROITA	FROITA	CON PURÉ DE PATACA	CON TOMATE	ENSALADA MIXTA	Líp. (g)	22.82
	Vaso de leite con cacao, bolachas tipo integral e zume de laranxa natural	Vaso de leite con cereais de chocolate e froita	Vaso de leite con torradas de pan branco con margarina, marmelada e zume de laranxa natural	Vaso de leite con bolachas tipo María e froita	Vaso de leite con torradas de pan integral con aceite de oliva virxe e froita	HdeC (g)	78.26
	ENSALADA CON QUEIXO FRESCO E NOCES	PASTA SALTEADA CON GAMBAS E GRELOS	PEIXE DO DÍA AO PAPILLOTE CON CENORIA AO VAPOR	PIZZA DE VERDURAS (CEBOLA, PEMENTOS, CHAMPINÓS E CABACIÑA)	FILETE DE TENREIRA A PRANCHA CON ENSALADA		
	FROITA	LACTEO	LACTEO	FROITA	LACTEO		
Semana 3	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026		
	ENSALADA DE PRIMAVERA	PASTA INTEGRAL CON TOMATE	CREMA DE CABACIÑA	SOPA DE VERDURAS	MENÚ ESPECIAL	ENERXÍA (Kcal)	679.04
	ESCALOPINS EN SALSAS	PESCADA AO FORNO	POLO AO LIMÓN	ALBÓNDEGAS CON TOMATE		Prot. (g)	23.72
	CON ARROZ EN BRANCO	ENSALADA CRUNCHYBANZOS	PATATAS FRITAS	CON PATACAS		Líp. (g)	24.76
	FROITA	FROITA	FROITA	LACTEO-FROITA		HdeC (g)	79.84
	Vaso de leite con cacao, torradas de pan branco con margarina e marmelada e froita	Vaso de leite con cacao, bolachas tipo María e zume de laranxa natural	Vaso de leite con cereais tipo corn flakes e froita	Vaso de leite con torrada de pan integral con aceite de oliva virxe e froita	Vaso de leite con cacao, cereais de arroz inchado e zume de laranxa natural		
	TORTILLA DE QUEIXO CON ENSALADA	FILETE DE TENREIRA A PRANCHA CON PATACAS AO VAPOR	PEIXE DO DÍA AO FORNO CON ALLO E PEREXEL E ESPINACAS REFUGADAS	SANDWICHE VEXETAL	FAXIÑA DE PORCO CON PEMENTO E CEBOLA		
	LACTEO	LACTEO	LACTEO	FROITA	FROITA		
Semana 4	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026		
	VACACIÓNS DO ENTROIDO	VACACIÓNS DO ENTROIDO	VACACIÓNS DO ENTROIDO	XUDIAS CON XAMÓN	ENSALADA COMPLETA	ENERXÍA (Kcal)	633.94
				ESPAGUETES	LASAÑA CASERA DE ATÚN	Prot. (g)	28.34
				CON BOLOÑESA VEXETAL		Líp. (g)	22.60
				FROITA	LACTEO-FROITA	HdeC (g)	71.92
				Vaso de leite con cereais e froita	Vaso de leite con torrada de pan branco con margarina, marmelada e zume de laranxa natural		
				REVOLTO DE GREOS	ENSALADA COMPLETA CON QUEIXO E NOCES		
				LACTEO	FROITA		
Semana 5	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026		
	CALDO DE GLORIA	ARROZ integral TRES DELICIAS	SOPA DE POLO CON FIDEOS E MILLO	LENTELLAS CON VERDURIÑAS	CREMA DE CABAZA	ENERXÍA (Kcal)	735.76
	FIEUA DE PEIXE	CINTA DE LOMBO AO FORNO	TORTILLA DE PATACA	SAN XACOBES ARTESÁN	XAMONCIÑOS DE POLO AO ALLIÑO	Prot. (g)	35.92
	FROITA	ENSALADA MIXTA	CON TOMATE NATURAL	PATACAS ASADAS	CON ARROZ BRANCO	Líp. (g)	21.88
	FROITA	FROITA	LACTEO-FROITA	FROITA	FROITA	HdeC (g)	93.56
	Vaso de leite con cacao, bolachas tipo María e froita	Vaso de leite con cereais de chocolate e zume de laranxa natural	Vaso de leite con cacao, torrada de pan branco con margarina, marmelada e froita	Vaso de leite con cacao, bolachas integrais e zume de laranxa natural	Vaso de leite con pan integral fresco con aceite de oliva virxe e froita		
	CABACIÑA RECHEA DE VERDURAS	PEIXE DO DÍA A PRANCHA CON ESPINACAS REFOGADAS	FILETE DE TENREIRA A PRANCHA CON BERENXENA ASADA	VARIÑAS DE PESCADA CASEIRA CON ENSALADA DE CANONIGOS	OVOS RECHEOS CON LEITUGA		
	LACTEO	LACTEO	FROITA	LACTEO	LACTEO		



Garantía que estes menús foron 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 máis online visítale: www.arumeservicios.com

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