



# HIPOCALÓRICA-COLESTEROLEMIA



MAIO 2022



LUNS

02/05/2022

BRECOL A CASEIRA  
LOMBO ASADO  
ARROZ BRANCO  
FROITA

MARTES

03/05/2022

POTAXE DE LENTELLAS  
PESCADA O FORNO  
PATACA O VAPOR  
IOGUR DESNATADO

MÉRCORES

04/05/2022

CREMA DE CABACIÑA  
POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS  
MACARRONS  
FROITA

XOVES

05/05/2022

ARROZ TRES DELICIAS  
RAGOUT DE PORCO CON CHAMPIÑONS E CENORIAS  
MACARRONS  
IOGUR DESNATADO

VENRES

06/05/2022

ESPAGUETIS SALTEADOS  
XARDA EN SALSA DE LIMON  
LEITUGA E TOMATE  
FROITA

Semana 1

09/05/2022

CREMA DE CABAZA  
XAMON ASADO  
PURÉ DE PATACA  
IOGUR DESNATADO

10/05/2022

ENSALADA CON GARAVANZOS  
LOMBO ASADO  
VERDURAS  
FROITA

11/05/2022

ESPIRAIS SALTEADOS  
PESCADA A GALEGA  
PATACAS O VAPOR  
IOGUR DESNATADO

12/05/2022

CREMA DE CABACIÑA  
XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS  
ARROZ BRANCO  
FROITA

13/05/2022

FABAS VEXETAIS  
BACALLAO O FORNO  
ENSALADA DE LEITUGA E MILLO  
FROITA

Semana 2

16/05/2022

SOPA DE FIDEOS  
TENREIRA ASADA  
PATACA COCIDA  
IOGUR DESNATADO

17/05/2022

FESTIVO

18/05/2022

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ  
XARDA O FORNO  
ARROZ BRANCO  
FROITA

19/05/2022

FABAS ESTUFADAS  
PESCADA O FORNO  
ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS  
FROITA

20/05/2022

ENSALADA TRICOLOR  
ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS  
IOGUR DESNATADO

Semana 3

23/05/2022

XUDIAS CON ALLADA  
LOMBO ASADO  
MACARRONS SALTEADOS  
IOGUR DESNATADO

24/05/2022

LENTELLAS VEXETAIS  
PEITUGA DE POLO  
PURÉ DE PATACA  
FROITA

25/05/2022

ENSALADA ITALIANA  
XARDA CON ALLADA  
BROCOLI E CENORIA  
FROITA

26/05/2022

SOPA DE ESTRELIÑAS  
XAMON ASADO  
PURÉ DE PATACA  
FROITA

27/05/2022

CREMA DE CENORIA  
PESCADA EN SALSA DE PORROS  
ARROZ BRANCO  
IOGUR DESNATADO

Semana 4

30/05/2022

ENSALADA PRIMAVERA  
RAGOUT DE PORCO CON CHAMPIÑONS E CENORIAS  
IOGUR DESNATADO

31/05/2022

CAZUELA DE VERDURAS CON FIDEOS  
PESCADA O FORNO  
PATACA COCIDA  
FROITA

01/06/2022

02/06/2022

03/06/2022

Semana 5

Garantía que estos menús fueron planificados segundo 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 desea consultar o menú online visite: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)

