



# HIPOCALÓRICA-COLESTEROLEMIA



## XUÑO 2022



LUNS

30/05/2022

MARTES

31/05/2022

MÉRCORES

01/06/2022

XOVES

02/06/2022

VENRES

03/06/2022

Semana 1

BROCOLI A CASEIRA  
XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS  
ARROZ BRANCO  
IOGUR DESNATADO

CREMA CAMPEIRA  
LOMBO ASADO  
PATACA ASADA  
FROITA

FABAS ESTUFADAS  
PESCADA O FORNO  
MACARRONS  
FROITA

06/06/2022

SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA

07/06/2022

ENSALADA CON GARAVANZOS

08/06/2022

ARROZ TRES DELICIAS

09/06/2022

LENTELLAS VEXETAIS

10/06/2022

XUDIAS CON ALLADA

TENREIRA EN SALSA DE CENORIA CON PATACAS

XARDA O FORNO

XAMON ASADO

PESCADA O FORNO

PEITUGA DE POLO

FIDEOS

PURÉ DE CENORIA

LEITUGA E TOMATE

ARROZ BRANCO

IOGUR DESNATADO

FROITA

FROITA

IOGUR DESNATADO

FROITA

Semana 2

13/06/2022

CREMA DE BROCOLI E CENORIA

14/06/2022

SOPA DE FIDEOS

15/06/2022

CREMA DE CABACIÑA

16/06/2022

SOPA DE VERDURAS

17/06/2022

ENSALADA CAMPEIRA

XARDA EN SALSA VERDE

TENREIRA ASADA

FOGONEIRO O FORNO

XAMON ASADO

POLO ASADO

PATACAS O VAPOR

MACARRONS SALTEADOS

PATACA COCIDA

ARROZ BRANCO

CODIÑOS SALTEADOS

FROITA

IOGUR DESNATADO

FROITA

IOGUR DESNATADO

FROITA

Semana 3

20/06/2022

GARAVANZOS ESTUFADOS

21/06/2022

ENSALADA PRIMAVERA

22/06/2022

MENU ESPECIAL FIN DE CURSO

23/06/2022

24/06/2022

PESCADA O FORNO

XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS

PATACAS

MACARRONS SALTEADOS

IOGUR DESNATADO

FROITA

Semana 4

Garante 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 calidade. Se desexa consultar o menú online visite: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)

