

# HIPOCALÓRICA-COLESTEROLEMIA



DECEMBRO 2024



LUNS

02/12/2024

SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS

XAMONCIÑOS DE POLO O FORNO

ARROZ BRANCO

IOGUR DESNATADO

MARTES

03/12/2024

CREMA DE CABACIÑA

TENREIRA ASADA

MACARRONS SALTEADOS

FROITA

MÉRCORES

04/12/2024

LENTELLAS GUIADAS

XARDA EN SALSA VERDE

CHÍCHAROS CON CENORIAS

FROITA

XOVES

05/12/2024

SOPA DE PIÑONS

XAMON ASADO

TOMATE NATURAL

IOGUR DESNATADO

VENRES

06/12/2024

FESTIVO

Semana 1

09/12/2024

CREMA DE CENORIA

TENREIRA ASADA

ARROZ BRANCO

FROITA

10/12/2024

SOPA DE FIDEOS

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

IOGUR DESNATADO

11/12/2024

CODIÑOS CON ALLO E PEREXIL

XURELO O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

12/12/2024

SOPA DE VERDURAS CON ESTRELIÑAS

XAMON ASADO

ARROZ BRANCO

IOGUR DESNATADO

13/12/2024

LENTELLAS CON CABAZA

PESCADA A GALEGA

BROCOLI CON PATACA

FROITA

Semana 2

16/12/2024

XUDIAS CON XAMÓN

XAMONCIÑOS DE POLO O FORNO

PURE DE CENORIA

IOGUR DESNATADO

17/12/2024

CALDO DE REPOLO

XARDA O FORNO

ARROZ BRANCO

FROITA

18/12/2024

FABAS VEXETAIS

LOMBO ASADO

ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA, MILLO E CENORIA

IOGUR DESNATADO

19/12/2024

CREMA CAMPEIRA

XURELO O FORNO

FIDEOS

FROITA

20/12/2024

SOPA DE CABELLIN

PEITUGA DE POLO

PATACA ASADA

FROITA

Semana 3

Garante que estos menús foron 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 visite: [www.arumeeservicios.com](http://www.arumeeservicios.com)

