

# HIPOCALÓRICA-COLESTEROLEMIA



FEBREIRO 2026



LUNS

02/02/2026

GARAVANZOS CON ESPINACAS E PATACAS

LOMBO ASADO

TOMATE NATURAL

FROITA

MARTES

03/02/2026

CREMA DE CABACIÑA

TENREIRA ASADA

MACARRONS SALTEADOS

IOGUR DESNATADO

MÉRCORES

04/02/2026

ENSALADA COMPLETA

PUCHERO DE POLO CON PATACAS

FROITA

XOVES

05/02/2026

FABAS ESTUFADAS

PESCADA A GALEGA

BROCOLI E CENORIA

FROITA

VENRES

06/02/2026

SOPA DE CABELLIN

XAMON ASADO

ARROZ CON VERDURAS

FROITA

Semana 1

09/02/2026

CREMA CAMPEIRA

XURELO O FORNO

LEITUGA E TOMATE

FLAN

10/02/2026

GARAVANZOS CON ESPINACAS

TENREIRA ASADA

FIDEOS

FROITA

11/02/2026

CALDO DE REPOLO

PESCADA O FORNO

ARROZ BRANCO

FROITA

12/02/2026

CREMA DE CABAZA

XAMON ASADO

PATACA ASADA

IOGUR DESNATADO

13/02/2026

SOPA DO DIA

POLO COCIDO

REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS

FROITA

Semana 2

16/02/2026

NON LECTIVO

17/02/2026

NON LECTIVO

18/02/2026

NON LECTIVO

19/02/2026

CREMA CAMPEIRA

POLO ASADO

ARROZ BRANCO

IOGUR DESNATADO

20/02/2026

FABAS ESTUFADAS

PESCADA O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

Semana 3

23/02/2026

CALDO DE GLORIA

ARROZ TRES DELICIAS CON IORK

FROITA

24/02/2026

ENSALADA TROPICAL

POLO ASADO

PATACA COCIDA

IOGUR DESNATADO

25/02/2026

ARROZ TRES DELICIAS

BOLOÑESA DE LENTELLAS CON VERDURAS

FROITA

26/02/2026

SOPA DE PIÑONS

PESCADA EN SALSA VERDE

CHÍCHAROS CON CENORIAS

FROITA

27/02/2026

CREMA DE VERDURAS

LOMBO ASADO

ARROZ BRANCO

IOGUR DESNATADO

Semana 4

Garante que estas 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 o menú online visítate: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)

