



# HIPOCALÓRICA-COLESTEROLEMIA



## MARZO 2026



LUNS

02/03/2026

FABAS CON CABAZA

XARDA EN SALSA DE LIMON

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FROITA

MARTES

03/03/2026

CREMA CAMPEIRA

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

IOGUR DESNATADO

MÉRCORES

04/03/2026

PASTA SALTEADA

PESCADA O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS

FROITA

XOVES

05/03/2026

GARAVANZOS ESTUFADOS

XAMON ASADO

LEITUGA E TOMATE

FROITA

VENRES

06/03/2026

XUDIAS CON ALLADA

POLO ASADO

ARROZ BRANCO

FROITA

Semana 1

09/03/2026

ENSALADA COMPLETA

TENREIRA ASADA

MACARRONS SALTEADOS

IOGUR DESNATADO

10/03/2026

LENTELLAS VEXETAIS

XURELO A GALEGA

LEITUGA, TOMATE E CENORIA

FROITA

11/03/2026

CREMA DE CABAZA

PUCHERO DE POLO CON PATACAS

IOGUR DESNATADO

12/03/2026

ENSALADA COMPLETA

LOMBO ASADO

ARROZ BRANCO

FROITA

13/03/2026

FABAS ESTUFADAS

XARDA CON ALLADA

FIDEOS

FROITA

Semana 2

16/03/2026

SOPA DE PIÑONS

ESTOFADO DE TERNERA A L A JARDINERA

IOGUR DESNATADO

17/03/2026

CHÍCHAROS SALTEADOS

POLO ASADO

ARROZ BRANCO

FROITA

18/03/2026

LENTELLAS ESTUFADAS

PESCADA O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

IOGUR DESNATADO

19/03/2026

FESTIVO

20/03/2026

NON LECTIVO

Semana 3

23/03/2026

ENSALADA TROPICAL

XURELO O FORNO

FIDEOS

FROITA

24/03/2026

CREMA DE CABACIÑA

XAMON ASADO

ARROZ CON VERDURAS

IOGUR DESNATADO

25/03/2026

SOPA DE PIÑONS

PUCHERO DE POLO CON PATACAS

FROITA

26/03/2026

FABAS ESTUFADAS

PESCADA A GALEGA

BROCOLI E CENORIA

IOGUR DESNATADO

27/03/2026

CREMA CAMPEIRA

ESTOFADO DE TERNERA A L A JARDINERA

FROITA

Semana 4

30/03/2026

NON LECTIVO

31/03/2026

NON LECTIVO

01/04/2026

02/04/2026

03/04/2026

Semana 5

