



HIPOCALÓRICA-COLESTEROLEMIA

XUÑO 2023



LUNS

29/05/2023

MARTES

30/05/2023

MÉRCORES

31/05/2023

XOVES

01/06/2023

VENRES

02/06/2023

ARROZ TRES DELICIAS

CREMA CAMPEIRA

XURELO O FORNO

POLO ASADO

XUDIAS REFOGADAS

CODIÑOS SALTEADOS

FROITA

FROITA

05/06/2023

06/06/2023

07/06/2023

08/06/2023

09/06/2023

ENSALADA TROPICAL

LENTELLAS VEXETAIS

CREMA DE CABACIÑA

ENSALADA CON GARAVANZOS

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

TENREIRA ASADA

PESCADA EN SALSA VERDE

LOMBO ASADO

GALLO SAN PEDRO O FORNO

TORTILLA FRANCESA

MACARRONS SALTEADOS

PATACA O VAPOR CON PEREXIL

ARROZ BRANCO

PATACA ASADA

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

IOGUR DESNATADO

FROITA

FROITA

IOGUR DESNATADO

FROITA

12/06/2023

13/06/2023

14/06/2023

15/06/2023

16/06/2023

XUDIAS CON OVO RELADO

ESPAGUETTIS CON VERDURAS

ENSALADA PRIMAVERA CON FABAS

CREMA DE CABACIÑA

ENSALADA ITALIANA

LOMBO ASADO

GALLO SAN PEDRO O FORNO

XAMON ASADO

POLO ASADO

PESCADA O FORNO

PATACA COCIDA

LEITUGA E TOMATE

ARROZ BRANCO

PATACA GUISADA

BROCOLI CON CENORIA

FROITA

IOGUR DESNATADO

FROITA

IOGUR DESNATADO

FROITA

19/06/2023

20/06/2023

21/06/2023

22/06/2023

23/06/2023

SOPA DE CABELLIN

ENSALADA PRIMAVERA

TORTILLA FRANCESA

XURELO O FORNO

MENU ESPECIAL FIN DE CURSO

TOMATE NATURAL

FIDEOS

IOGUR DESNATADO

FROITA

Semana 1

Semana 2

Semana 3

Semana 4

Garante que estos menús fueron 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 visita: www.arumeservicios.com



Revisado: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición
DNI.: 53172340 C