



# HIPOCALÓRICA-COLESTEROLEMIA

## MARZO 2025



	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
Semana 1	03/03/2025	04/03/2025	05/03/2025	06/03/2025	07/03/2025
	VACACIONES DE ENTROIDO	VACACIONES DE ENTROIDO	VACACIONES DE ENTROIDO	FABAS ESTUFADAS	SOPA DE FIDEOS
				XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	RAXO DE ATUN
				XUDIAS REFOGADAS	ARROZ CON VERDURAS
			IOGUR DESNATADO	FROITA	
Semana 2	10/03/2025	11/03/2025	12/03/2025	13/03/2025	14/03/2025
	CREMA DE CABACIÑA	SOPA DE ESTELIÑAS	GARAVANZOS ESTUFADOS	CREMA DE CABAZA	ESPIRAIS SALTEADOS
	TORTILLA FRANCESA	PESCADA O FORNO	XAMON ASADO	LOMBO ASADO	SAN MARTIÑO O FORNO EN SALSA DE LIMON
	ENSALADA DE TOMATE E OLIVAS	LEITUGA, CENORIA E MILLO	VERDURAS	ARROZ CON VERDURAS	PATACAS COCIDAS
	FROITA	FROITA	IOGUR DESNATADO	FROITA	IOGUR DESNATADO
Semana 3	17/03/2025	18/03/2025	19/03/2025	20/03/2025	21/03/2025
	CREMA DE VERDURAS	LENTELLAS ESTUFADAS CON POLO	CHÍCHAROS CON XAMÓN	CREMA DE CENORIA	SOPA MARAVILLA
	TENREIRA ASADA	XURELO O FORNO	TORTILLA FRANCESA	ABADEXO O FORNO	PEITUGA DE POLO
	PATACAS ESTUFADAS	XUDIAS, CHICHAROS, CENORIA, COLIFLOR E PATACAS	ENSALADA DE LEITUGA E MILLO	TALLARINS SALTEADOS	XUDIAS GUIADAS CON PATACAS
	IOGUR DESNATADO	FROITA	FROITA	IOGUR DESNATADO	FROITA
Semana 4	24/03/2025	25/03/2025	26/03/2025	27/03/2025	28/03/2025
	BRECOL E CENORIA CON ALLADA E OVO COCIDO	CREMA CAMPEIRA	LENTELLAS ESTUFADAS	CALDO DE REPOLO	SOPA DE CABELLIN
	ABADEXO O FORNO	TENREIRA ASADA	XARDA A GALEGA	XAMON ASADO	LOMBO ASADO
	PATACA PANADEIRA	MACARRONS SALTEADOS	FIDEOS	ARROZ BRANCO	PATACAS ESTUFADAS
	FROITA	IOGUR DESNATADO	FROITA	FROITA	IOGUR DESNATADO
Semana 5	31/03/2025	01/04/2025	02/04/2025	03/04/2025	04/04/2025
	ARROZ TRES DELICIAS				
	POLO ASADO				
	ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA E OLIVAS				
	IOGUR DESNATADO				

