



XUÑO

ALBORADA

LUNS 29/05/2017	MARTES 30/05/2017	MÉRCORES 31/05/2017	XOVES 01/06/2017	VENRES 02/06/2017	VAL. NUTR. SEMANAL	
			ENSALADA MIXTA DE OVO DURO	LENTELLAS CON CHOURIZO	ENERXIA (Kcal)	746,82
			POLO Ó ALLO	COSTELETA DE PORCO	Prot (g)	31,31
			ARROZ	ENSALADA	Lip. (g)	29,58
			FROITA	FROITA	HdeC (g)	89,14
Almorzo e cea recomendado.			LEITE CON BOLERIA E FROITA PESCADA COCIDA LÁCTEO	LEITE CON CEREAIS REVOLTO DE ESPINACAS LÁCTEO		
LUNS 05/06/2017	MARTES 06/06/2017	MÉRCORES 07/06/2017	XOVES 08/06/2017	VENRES 09/06/2017	VAL. NUTR. SEMANAL	
SOPA DE VERDURAS	ENSALADA CON GARAVANZOS E OVO	EMPANADA DE IORK E QUEIXO	CREMA DE CHÍCHAROS	XUDIÁS VERDES CON CHOURIZO	ENERXIA (Kcal)	877,53
FILETE RUSO EN SALSA	PEITUGA DE AVE CON MACARRÓNS	FILETE DE PESCADA Ó FORNO	TORTILLA DE PATACA	ATÚN GUISADO CON FIDEOS	Prot (g)	34,88
PURÉ DE PATACA E CENORIA		ARROZ CON VERDURAS	LEITUGA E TOMATE		Lip. (g)	31,25
IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	HdeC (g)	114,73
Almorzo e cea recomendado. CACAO, ZUME, PAN C/ACEITE LURAS A PRANCHA FROITA	LEITE CON BISCOITO E ZUME PESCADA COCIDA LÁCTEO	LEITE CON CEREAIS E FROITA Lombo á prancha FROITA	CACAO, PAN CON ACEITE RAPANTE Á PRANCHA LÁCTEO	LEITE CON GALLETAS E FROITA PEITUGA DE POLO Á PRANCHA LÁCTEO		
LUNS 12/06/2017	MARTES 13/06/2017	MÉRCORES 14/06/2017	XOVES 15/06/2017	VENRES 16/06/2017	VAL. NUTR. SEMANAL	
ENSALADA PRIMAVERA	ESPIRAIS GRATINADOS	CREMA DE CABACIÑA	LENTELLAS VEXETAIS	CALDO VEXETAL	ENERXIA (Kcal)	703,27
ALBÓNDEGAS A XARDIÑEIRA	FILETE DE PESCADA Á ROMANA	ESTUFADO DE PAVO CON VERDURAS E PATACAS	SALMÓN EN SALSA	POLO ASADO	Prot (g)	27,81
ARROZ	ENSALADA		PATACA COCIDA	ARROZ PILAF	Lip. (g)	22,20
FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA	HdeC (g)	98,70
Almorzo e cea recomendado. LEITE, TOSTADAS E FROITA PEIXE DO DIA LÁCTEO	LEITE, PAN E MERMELEDA REVOLTO DE ESPINACAS FROITA	CACAO, ZUME E TOSTADAS PESCADA A PRANCHA LÁCTEO	GALLETAS, IOGUR E FROITA TORTILLA DE QUEIXO FROITA	LEITE, BISCOITO E FROITA SANDWICH VEXETAL LÁCTEO		
LUNS 19/06/2017	MARTES 20/06/2017	MÉRCORES 21/06/2017	XOVES 22/06/2017	VENRES 23/06/2017	VAL. NUTR. SEMANAL	
ENSALADILLA	FABAS ESTOUFADAS	CREMA DE VERDURAS	ARROZ MILANESA	MENÚ ESPECIAL	ENERXIA (Kcal)	789,38
LOMBO Ó FORNO	RABAS EMPANADAS	TENREIRA GUISADA CON FIDEOS	FILETE DE PESCADA Ó FORNO		Prot (g)	27,56
ARROZ	ENSALADA		MINESTRA		Lip. (g)	38,39
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA		HdeC (g)	83,03
Almorzo e cea recomendado. LEITE, PAN E MANTEIGA RAPANTE Ó FORNO LÁCTEO	LEITE, GALLETAS E FROITA FILETE DE TENREIRA LÁCTEO	CACAO, ZUME, PAN C/ACEITE PEIXE DO DIA FROITA	LEITE CON CEREAIS E FROITA LOMBO Á PRANCHA LÁCTEO			