



C.E.I.P. A PAZ - TINTUREIRA



XANEIRO 2024

LUNS

08/01/2024

MINISTRA DE VERDURAS CON FABAS

PASTA CON ATÚN E OVO

FROITA DE TEMPADA

MARTES

09/01/2024

CREMA DE ALLO PORRO E BONIATO

FILETE DE TENREIRA DA SERRA DO SUÍDO CON PATACA DE XINZO

ROSCÓN DE REIS CASEIRO

MÉRCORES

10/01/2024

CALDO GALEGO CON NABIZA

CROQUETAS DE POLO CON ENSALADA

FROITA ECOLÓXICA

XOVES

11/01/2024

SOPA DE PASTA

PEIXE FRESCO CON BRÓCOLI ECOLÓXICO

IOGUR ECOLÓXICO CON MEL DE GALICIA DA IXP

VENRES

12/01/2024

GARAVANZOS CON ACELGA ECOLÓXICA

CHOURIPÁN CASEIRO DE PORCO CELTA (ASOPORCEL) CON FARIÑA DE CASTAÑA DE GALICIA

FROITA ECOLÓXICA

Semana 1

15/01/2024

SOPA DE AVE

CHULETA DE PAVO CON LEITUGA E GRANADA

FROITA DE TEMPADA

16/01/2024

COLIFLOR CON ALLADA

ALBÓNDEGAS DE TENREIRA CON ARROZ ECOLÓXICO

FROITA ECOLÓXICA

17/01/2024

LENTELLAS ECOLÓXICAS CON CABAZA

SANDWICH MIXTO CON QUEIXO DA DOP ARZÚA ULLOA

FROITA DE TEMPADA

18/01/2024

PASTA AO GRATÉN CON TOMATE CASEIRO

PEIXE FRESCO CON ENSALADA

IOGUR ECOLÓXICO

19/01/2024

CREMA DE FABAS, ESPINACAS ECOLÓXICAS E ALLO PORRO

HAMBURGUESA DE PORCO CELTA (ASOPORCEL) CON PAN CASEIRO

FROITA ECOLÓXICA

Semana 2

22/01/2024

LENTELLAS ECOLÓXICAS CON BONIATO

TORTILLA DE PATACA E CABACIÑA CON ENSALADA

FROITA DE TEMPADA

23/01/2024

CALDO CON KALE ECOLÓXICA

XAMÓN ASADO DE PORCO CELTA (ASOPORCEL) CON PATACA DE XINZO E PAN DA IXP PAN DE CEA

FROITA ECOLÓXICA

24/01/2024

MINISTRA DE VERDURAS E GARAVANZOS

EMPANADA DE CARNE CASEIRA

FROITA DE TEMPADA

25/01/2024

BRÓCOLI REFOGADO CON ALLADA

PEIXE FRESCO GUISADO CON PASTA

IOGUR ECOLÓXICO

26/01/2024

CREMA DE ALLO PORRO E ESPINACAS ECOLÓXICAS

POLO T.F.C. (TINTUREIRA FRIED CHICKEN) CON ENSALADA

TARTA DE ANIVERSARIO

Semana 3

29/01/2024

CALDO GALEGO DE REPOLO

PIZZA CASEIRA CON QUEIXO DA D.O.P. TETILLA

FROITA DE TEMPADA

30/01/2024

POTAXE DE GARAVANZOS E VERDURAS

ZORZA CON CHIPS VEXETÁIS

FROITA ECOLÓXICA

31/01/2024

CREMA DE ACELGAS ECOLÓXICAS E ALLO PORRO

CANELÓNS CASEIROS DE ATÚN E OVO

FROITA DE TEMPADA

01/02/2024

01/02/2024

02/02/2024

Semana 4



Garante que estos 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, empregando para eles razas autótonas, produtos de proximidades, de tempada e ecolóxicos.

Revisado: Carlos Sanmartín González
Diplomado en Dietética y Nutrición
Col. num.: GA00154