

PROPOSTAS CEAS FEBREIRO 2017 - C.E.I.P. "GREGORIO SANZ"

				SOBREMESA	DÍAS
PRIMEIRA SEMANA	<i>MÉRCORES</i>	Guiso de macarróns con sepia e verduras		Mazá asada.	01
	<i>XOVES</i>	Peituga de polo á prancha con arroz con verduras.		Iogur.	02
	<i>VENRES</i>	Peixe branco o forno con pataca e verduras.		Flan.	03
SEGUNDA SEMANA	<i>LUNS</i>	Sopa de fideos	Tortilla de espinacas con gambas.	Iogur.	06
	<i>MARTES</i>	Filloa rechea de salteado de polo con verduras.		Mandarina.	07
	<i>MÉRCORES</i>	Arroz con verduras e berberechos.		Iogur.	08
	<i>XOVES</i>	Xudías con pataca cocida e bonito.		Natillas.	09
	<i>VENRES</i>	Tomates recheos de polo e verduras.		Iogur.	10
TERCEIRA SEMANA	<i>LUNS</i>	Peixe espada á prancha con espinacas ou grelos e pataca cocida.		Iogur bebible.	13
	<i>MARTES</i>	Risotto de verduras e cogumelos.		Queixo con marmelo.	14
	<i>MÉRCORES</i>	Solomillo á prancha con ensalada variada.		Arroz con leite.	15
	<i>XOVES</i>	Peixe branco á prancha con tallaríns con verduras (cebola, pemento verde e vermello, calabacín, berenxena e salsa de soia)		Iogur.	16
	<i>VENRES</i>	Guiso de tenreira con patacas e verduras.		Piña.	17
CUARTA SEMANA	<i>LUNS</i>	Muslo de pavo guisado con verduras e pataca.		Iogur.	20
	<i>MARTES</i>	Sopa de fideos.	Tortilla de migas de bacallau con pemento e cebola.	Natillas.	21
	<i>MÉRCORES</i>	Polo asado no forno con verduras e pataca.		Iogur.	22
	<i>XOVES</i>	Canelóns recheos de verduras e gambas.		Iogur bebible.	23
	<i>VENRES</i>	Coello estufado con verduras e pataca-		Fresas.	24

Propostas elaboradas pola dietista *Montse Vázquez Salgueiro*.