

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
10/01/2022	11/01/2022	12/01/2022	13/01/2022	14/01/2022
ENSALADA TROPICAL	CREMA DE CHÍCHAROS	CALDO VEXETAL	GARAVANZOS CON ESPINACAS	ESPAGUETTIS CON TOMATE
GUIZO DE CALAMARES CON ARROZ	ALBÓNDEGAS	ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS	TORTILLA DE CABACIÑA	PESCADA O FORNO
IOGUR	XARDIÑEIRA	FROITA	TOMATE NATURAL	BROCOLI
	MACEDONIA		FROITA	FROITA
17/01/2022	18/01/2022	19/01/2022	20/01/2022	21/01/2022
CREMA DE CABACIÑA	SOPA DE LETRAS	CREMA DE VERDURAS	FABAS ESTUFADAS	REPOLO CON ALLADA (e ovo)
TORTILLA DE PATACA	ESTUFADO DE TENREIRA A XARDIÑEIRA	PESCADA EN SALSA VERDE	POLO EN PEPITORIA	ATÚN GUISADO
TOMATE NATURAL	IOGUR	MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL	XUDIAS REFOGADAS	MACARRONS
FROITA		MACEDONIA	FROITA	FROITA
24/01/2022	25/01/2022	26/01/2022	27/01/2022	28/01/2022
ARROZ CON VERDURAS	GARAVANZOS CON ACELGAS	MINESTRA	CREMA DE CABAZA	MACARRÓNS CON TOMATE
POLO ASADO	PESCADA A GALEGA	TENREIRA CON VERDURAS SALTEADAS	TORTILLA DE BACALAO	GUIZO DE CARNE CON CHÍCHAROS
PATACA ASADA	PATACA COCIDA	-	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	FROITA
IOGUR	FROITA	FROITA	MACEDONIA	
31/01/2022	01/02/2022	02/02/2022	03/02/2022	04/02/2022
SOPA FLORENTINA				
GUIZO DE CARNE CON VERDURAS				
FROITA				

Alimentación Saludable Gallega garante que estes 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.

Revisado: Carlos Sanmartin González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 35.322.598 - A