

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
29/11/2021	30/11/2021	01/12/2021	02/12/2021	03/12/2021
		CALDO VEXETAL	GARAVANZOS CON ESPINACAS	ESPAQUETTIS CON TOMATE
		ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS	TORTILLA DE CABACIÑA	PESCADA O FORNO
			TOMATE NATURAL	BROCOLI
		FROITA	FROITA	FROITA
06/12/2021	07/12/2021	08/12/2021	09/12/2021	10/12/2021
FESTIVO	SOPA DE LETRAS	FESTIVO	FABAS ESTUFADAS	REPOLO CON ALLADA (e ovo)
	ESTUFADO DE TENREIRA A XARDIÑEIRA		POLO EN PEPITORIA	ATÚN GUIADO
			XUDIAS REFOGADAS	MACARRONS
	IOGUR		FROITA	FROITA
13/12/2021	14/12/2021	15/12/2021	16/12/2021	17/12/2021
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	
IOGUR	FROITA	FROITA	MACEDONIA	FROITA
20/12/2021	21/12/2021	22/12/2021	23/12/2021	24/12/2021
CREMA DE VERDURAS	SOPA DE LETRAS			
GUIZO DE CARNE CON VERDURAS	POLO ASADO A LARANXA			
	ARROZ CON PASAS			
FROITA	MOUSSE DE CHOCOLATE			

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