

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
29/01/2024	30/01/2024	31/01/2024	01/02/2024	02/02/2024
ZUME DE LARANXA	PERA	PLATANO	KIWI	MAZÁ
IOGUR NATURAL	LEITE CALLADO	VASO DE LEITE CON CACAO	QUEIXO FRESCO CON FROITOS SECOS	VASO DE LEITE
GALLETAS	PAN DO DÍA	FLOCOS DE TRIGO	PAN DO DÍA	CEREAIS DE AVENA
	<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>		<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>	
V.N.:				
Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC
325,21 8,99 10,16 55,49	326,80 8,89 14,18 52,35	406,11 11,55 11,57 78,91	384,21 14,22 30,22 45,88	324,64 7,80 10,72 55,23
05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024	09/02/2024
PERA	ZUME DE LARANXA	MANDARINA	PLÁTANO	KIWI
IOGUR NATURAL	VASO DE LEITE	LEITE CALLADO	VASO DE LEITE CON CACAO	QUEIXO FRESCO
PAN DO DÍA	GALLETAS TIPO MARIA	PAN DO DÍA	CEREAIS DE AVENA	PAN DO DÍA
<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>		<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>		<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>
V.N.:				
Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC
328,06 9,12 18,53 51,99	331,49 8,18 11,38 44,09	318,83 9,25 14,18 47,57	383,10 10,50 12,13 74,59	368,80 13,55 18,72 56,67
12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024	15/02/2024	16/02/2024
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	KIWI	ZUME DE LARANXA
			IOGUR NATURAL	LEITE CALLADO
			PAN DO DÍA	GALLETAS
			<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>	
V.N.:				
			Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC
			322,57 12,74 19,94 45,27	362,64 10,94 17,30 59,58
19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024	22/02/2024	23/02/2024
MAZA	MANDARINA	PLATANO	ZUME DE LARANXA	KIWI
VASO DE LEITE	LEITE CALLAO	IOGUR NATURAL	QUEIXO FRESCO	VASO DE LEITE CON CACAO
PAN DO DÍA	CEREAIS DE AVEA	PAN DO DÍA	GALLETAS TIPO MARIA	PAN DO DÍA
<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>		<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>		<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>
V.N.:				
Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC
383,10 10,50 12,13 74,59	326,81 10,50 15,25 55,35	331,68 8,68 7,04 59,29	395,72 11,19 14,84 71,75	371,96 11,34 19,38 61,16
26/02/2024	27/02/2024	28/02/2024	29/02/2024	01/03/2024
ZUME DE LARANXA	PERA	PLATANO	KIWI	MAZÁ
IOGUR NATURAL	LEITE CALLADO	VASO DE LEITE CON CACAO	QUEIXO FRESCO CON FROITOS SECOS	VASO DE LEITE
GALLETAS	PAN DO DÍA	FLOCOS DE TRIGO	PAN DO DÍA	CEREAIS DE AVENA
	<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>		<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>	
V.N.:				
Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC
325,21 8,99 10,16 55,49	326,80 8,89 14,18 52,35	406,11 11,55 11,57 78,91	384,21 14,22 30,22 45,88	324,64 7,80 10,72 55,23

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: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición Humana
Departamento de Calidad de Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 53172340 - C

29/01/2024				30/01/2024				31/01/2024				01/02/2024				02/02/2024			
GARAVANZOS CON ESPINACAS								ESPIRAIS CON VERDURAS (pasta, cenoria, cabaza, chícharos e porro)											
TORTILLA DE BACALLAO (pataca, ovo e bacallao)								XARDA A GALEGA											
TOMATE FRESCO								REPOLO SALTEADO											
PLATANO								LARANXA											
								Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC				
								758,9	27,12	28,24	92,25	624,31	24,13	20,71	86,8				
								% VET	14%	33%	49%	% VET	15%	30%	56%				
05/02/2024				06/02/2024				07/02/2024				08/02/2024				09/02/2024			
LENTELLAS A CASEIRA (con chourizo)				CREMA DE PORROS (porro, pataca)				MACARRONS CON PISTO (pasta, berenxena, cabaciña, pemento vermello, pemento verde, cebola, tomate)				FABAS ESTUFADAS (cebola, cenoria, pemento vermello, cabaciña)				SOPA DE COCIDO 			
TORTILLA DE PATACA (pataca e ovo)				ESTUFADO DE TENREIRA (tenreira, cebola, pemento)				FILETE FILETE DE PESCADA EN SALSA VERDE				POLO EN PEPITORIA (Polo, cebola, pemento, tomate)				COCIDO (jamoncito de pollo, cerdo, chorizo, repollo, patata y garbanzo)			
TOMATE FRESCO				XARDIÑEIRA (xudía, chícharos, cebola, pemento)				VERDURAS GUIADAS (cenoria, xuida, coliflor)				XUDIAS SALTEADAS							
KIWI				MACEDONIA DE FROITAS				IOGUR				MANDARINA				FLOR DE ENTROIDO			
Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC
710,69	27,32	24,97	85,67	714,92	26,32	26,64	79,52	732	28,33	23,87	99,83	629,02	25,74	21,82	70,02	759,88	27,7	29,53	90,59
% VET	15%	32%	48%	% VET	15%	34%	44%	% VET	15%	29%	55%	% VET	16%	31%	45%	% VET	15%	35%	48%
12/02/2024				13/02/2024				14/02/2024				15/02/2024				16/02/2024			
CREMA DE CABAZA (cabaza, pataca)								ESPIRAIS GRATINADOS											
VACACIONS DE ENTROIDO				VACACIONS DE ENTROIDO				VACACIONS DE ENTROIDO				GUIZO DE CARNE (porco)				XARDA EN SALSA DE LIMON			
CHICHAROS (chícharo, cebola, pemento, patacas)								BROCOLI SALTEADO											
MAZA								PLATANO											
								Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC				
								635,42	23,36	22,21	67,27	780,1	30,25	23,89	103,76				
								% VET	15%	31%	42%	% VET	16%	28%	53%				
19/02/2024				20/02/2024				21/02/2024				22/02/2024				23/02/2024			
CREMA DE VERDURAS (cebola, pemento, porro, xudía, pataca)				SOPA FLORENTINA CON FIDEOS (espinacas, coliflor, cenoria, pemento, cebola, xudías, pasta)				CHICHAROS CON XAMON				TALLARINS CON CHAMPIÑONS				FABAS PINTAS CON VERDURAS			
RAGOUT DE TENREIRA CON PATACAS GUIADAS				GALLO SAN PEDRO O FORNO				TORTILLA DE PATACA (pataca, ovo)				PESCADA A MARIÑEIRA				GOULASH DE PAVO (pavo, cebola, pemento)			
				XUDIAS, CHICHAROS, CENORIA, COLIFLOR E PATACA				ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIA				COLIFLOR				XUDIAS GUIADAS			
MANDARINA				MACEDONIA DE FROITAS				KIWI				PERA				IOGUR			
Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC
641,75	24,35	25,43	69,72	606,15	24,39	17,36	83,72	678,1	20,21	23,84	62,28	643,68	22,94	20,07	99,1	703	28,81	28,35	85,11
% VET	15%	36%	43%	% VET	16%	26%	55%	% VET	12%	32%	37%	% VET	14%	28%	62%	% VET	16%	36%	48%
26/02/2024				27/02/2024				28/02/2024				29/02/2024				01/03/2024			
PATACAS EN SALSA VERDE CON CHÍCHAROS				CREMA CAMPEIRA (cabaza, cabaciña e cenoria)				LENTELLAS ESTUFADAS				CALDO VEXETAL (repolo, fabas, patacas)							
FOGONEIRO EN SALSA DE CEDEIRESA				BOLOÑESA VEXETAL				XARDA CON ALLADA				POLO ASADO							
BROCOLI CON CENORIA				MACARRONS				LEITUGA, MILLO E CENORIA				ARROZ PILAW							
MAZA				IOGUR				PERA				MACEDONIA DE FROITAS							
Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC				
662,43	22,4	21,52	77,03	757,09	29,43	23,35	111,64	620,34	23,94	21,71	68,24	606,54	22,32	20,3	60,83				
% VET	14%	29%	47%	% VET	16%	28%	59%	% VET	15%	31%	44%	% VET	15%	30%	40%				

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
29/01/2024	30/01/2024	31/01/2024	01/02/2024	02/02/2024
			GARAVANZOS CON ESPINACAS	MACARRONS CON VERDURAS
			TORTILLA DE BACALAO	XURELO A GALEGA
			TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
			FROITA	FROITA
05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024	09/02/2024
POTAXE DE GARAVANZOS	CREMA DE PORROS	MACARRONS CON PISTO	FABAS ESTUFADAS	SOPA DE LETRAS
TORTILLA DE PATACA	ESTUFADO DE TENREIRA A XARDIÑEIRA	PESCADA EN SALSA VERDE	POLO EN PEPITORIA	CARNE DE COCIDO
TOMATE NATURAL		VERDURAS SALTEADAS	XUDIAS REFOGADAS	REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
FROITA	MACEDONIA	IOGUR	FROITA	PALMEIRA DE HOXALDRE
12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024	15/02/2024	16/02/2024
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	CREMA DE CABAZA	MACARRÓNS CON TOMATE
			GUIZO DE CARNE CON CHÍCHAROS	XARDA EN SALSA DE LIMON
			FROITA	BROCOLI
				FROITA
19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024	22/02/2024	23/02/2024
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA	CHÍCHAROS CON XAMON	ESPAGUETI CON CHAMPIÑONS	FABAS PINTAS CON VERDURAS
RAOGUT DE TENREIRA CON PATACAS GUIADAS	GALLO SAN PEDRO O FORNO XUDIA, CHÍCHARO, CENORIA, COLIFLOR E PATACA	TORTILLA DE PATACA	PESCADA A MARIÑEIRA	GOULASH DE POLO CON XUDIAS
FROITA	MACEDONIA	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E ESPARRAGOS	COLIFLOR	IOGUR
		FROITA	FROITA	
26/02/2024	27/02/2024	28/02/2024	29/02/2024	01/03/2024
PATACAS EN SALSA VERDE CON CHÍCHAROS	CREMA CAMPEIRA	GARAVANZOS CON ESPINACAS	CALDO VEXETAL	
FOGONEIRO EN SALSA DE CEDEIRESA	CALDERETA DE TENREIRA	XARDA CON ALLADA	POLO ASADO	
BROCOLI CON CENORIA	MACARRONS	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	ARROZ BRANCO	
FROITA	IOGUR	FROITA	MACEDONIA	

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
29/01/2024	30/01/2024	31/01/2024	01/02/2024	02/02/2024
			GARAVANZOS CON ESPINACAS	ESPIRAIS CON VERDURAS
			TORTILLA DE BACALAO	XURELO A GALEGA
			-	REPOLO SALTEADO
			IOGUR	IOGUR
05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024	09/02/2024
LENTELLAS VEXETAIS	CREMA DE PORROS	MACARRONS CON PISTO	FABAS ESTUFADAS	SOPA DE COCIDO
TORTILLA DE PATACA	ROLIÑO PRIMAVERA	PESCADA EN SALSA VERDE	TORTILLA FRANCESA	GALLO SAN PEDRO O FORNO
-	PATACA ASADA	VERDURAS	XUDIAS REFOGADAS	REPOLO E PATACA
IOGUR	MACEDONIA	IOGUR	IOGUR	FLOR DE CARNAVAL
12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024	15/02/2024	16/02/2024
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	CREMA DE CABAZA	ESPIRAIS GRATINADOS
			TORTILLA FRANCESA	XARDA EN SALSA DE LIMON
			CHICHAROS SALTEADOS	BRÓCOLI
			FROITA	IOGUR
19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024	22/02/2024	23/02/2024
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA CON FIDEOS	CHICHAROS SALTEADOS	TALLARINS SALTEADOS	FABAS PINTAS CON VERDURAS
PESCADA O FORNO	GALLO SAN PEDRO O FORNO	TORTILLA DE PATACA	PESCADA Á MARIÑEIRA	TORTILLA FRANCESA
PATACA ASADA	XUDIA, CHICHAROS, CENORIA, COLIFLOR E PATACA	-	COLIFLOR	XUDIAS REFOGADAS
IOGUR	MACEDONIA	IOGUR	IOGUR	IOGUR
26/02/2024	27/02/2024	28/02/2024	29/02/2024	01/03/2024
PATACAS EN SALSA VERDE CON CHÍCHAROS	CREMA CAMPEIRA	POTAXE DE LENTELLAS	CALDO VEXETAL	
FOGONEIRO EN SALSA DE CEDEIRESA	MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL	XARDA CON ALLADA	TORTILLA FRANCESA	
BROCOLI E CENORIA		CENORIA BABY	ARROZ BRANCO	
IOGUR	IOGUR	IOGUR	MACEDONIA	

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
29/01/2024	30/01/2024	31/01/2024	01/02/2024	02/02/2024
			GARAVANZOS CON ESPINACAS	ESPIRAIS SALTEADAS CON VERDURAS
			TORTILLA FRANCESA	XURELO A GALEGA
			TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
			FROITA	FROITA
05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024	09/02/2024
LENTELLAS VEXETAIS	CREMA DE PORROS	MACARRONS SALTEADOS	FABAS ESTUFADAS	SOPA DE FIDEOS
TORTILLA FRANCESA	ESTUFADO DE TENREIRA A XARDINEIRA	PESCADA EN SALSA VERDE	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	XAMON ASADO
TOMATE NATURAL		VERDURAS	XUDIAS REFOGADAS	REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
FROITA	MACEDONIA	IOGUR DESNATADO	FROITA	FROITA
12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024	15/02/2024	16/02/2024
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	CREMA DE CABAZA	ESPIRAIS SALTEADOS
			XAMON ASADO	XARDA EN SALSA DE LIMON
			CHICHAROS SALTEADOS	BRÓCOLI
			FROITA	FROITA
19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024	22/02/2024	23/02/2024
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA CON FIDEOS	CHÍCHAROS CON XAMÓN	TALLARINS SALTEADOS	FABAS PINTAS CON VERDURAS
TENREIRA ASADA	GALLO SAN PEDRO O FORNO	TORTILLA FRANCESA	PESCADA O FORNO	GOULASH DE PAVO CON XUDIAS
PATACA ASADA	XUDIA, CHICHAROS, CENORIA, COLIFLOR E PATACA	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E ESPARRAGOS	COLIFLOR	
FROITA	MACEDONIA	FROITA	FROITA	IOGUR DESNATADO
26/02/2024	27/02/2024	28/02/2024	29/02/2024	01/03/2024
PATACAS EN SALSA VERDE CON CHÍCHAROS	CREMA CAMPEIRA	POTAXE DE LENTELLAS	CALDO VEXETAL	
FOGONEIRO O FORNO	TENREIRA ASADA	XARDA CON ALLADA	POLO ASADO	
BROCOLI CON CENORIA	MACARRONS SALTEADOS	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	ARROZ PILAF	
FROITA	IOGUR DESNATADO	FROITA	MACEDONIA	

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
29/01/2024	30/01/2024	31/01/2024	01/02/2024	02/02/2024
			GARAVANZOS CON ESPINACAS	MACARRONS INTEGRAIS CON VERDURAS
			TORTILLA DE BACALAO	XURELO A GALEGA
			TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
			FROITA	FROITA
05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024	09/02/2024
LENTELLAS A CASEIRA	CREMA DE PORROS	MACARRONS INTEGRAIS CON PISTO	FABAS ESTUFADAS	XUDIAS REFOGADAS
TORTILLA DE PATACA	ESTUFADO DE TENREIRA A XARDIÑEIRA	PESCADA EN SALSA VERDE	POLO EN PEPITORIA	COCIDO
TOMATE NATURAL		COLIFLOR	XUDIAS	
FROITA	MACEDONIA	IOGUR	FROITA	FLOR DE CARNAVAL
12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024	15/02/2024	16/02/2024
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	CREMA DE CABAZA	MACARRONS INTEGRAIS CON TOMATE
			GUIZO DE CARNE CON CHÍCHAROS	XURELO O FORNO
			FROITA	BROCOLI
				FROITA
19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024	22/02/2024	23/02/2024
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA	CHÍCHAROS CON XAMÓN	PASTA INTEGRAL CON CHAMPIÑONS	FABAS PINTAS CON VERDURAS
TENREIRA ASADA	GALLO SAN PEDRO O FORNO	TORTILLA DE PATACA	PESCADA Á MARIÑEIRA	GOULASH DE PAVO CON XUDIAS
PATACA ASADA	PISTO DE VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E ESPARRAGOS	COLIFLOR	
FROITA	MACEDONIA	FROITA	FROITA	IOGUR
26/02/2024	27/02/2024	28/02/2024	29/02/2024	01/03/2024
PATACAS EN SALSA VERDE CON CHÍCHAROS	CREMA DE CABACIÑA	LENTELLAS VEXETAIS	CALDO VEXETAL	
FOGONEIRO EN SALSA DE CEDEIRESA	BOLOÑESA VEXETAL	XARDA CON ALLADA	POLO ASADO	
BROCOLI	MACARRONS	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	ARROZ INTEGRAL	
FROITA	IOGUR	FROITA	MACEDONIA	

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
29/01/2024	30/01/2024	31/01/2024	01/02/2024	02/02/2024
			GARAVANZOS CON ESPINACAS	ESPIRAIS CON VERDURAS
			TORTILLA DE BACALAO	XURELO A GALEGA
			TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
			FROITA	FROITA
05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024	09/02/2024
LENTELLAS A CASEIRA	CREMA DE PORROS	MACARRONS CON PISTO	FABAS ESTUFADAS	SOPA DE FIDEOS
TORTILLA DE PATACA	ESTUFADO DE TENREIRA A XARDÍÑEIRA	PESCADA EN SALSA VERDE	POLO EN PEPITORIA	CARNE DE COCIDO
TOMATE NATURAL		VERDURAS SALTEADAS	XUDIAS REFOGADAS	REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
FROITA	MACEDONIA	IOGUR DE SOIA	FROITA	PALMEIRA DE HOXALDRE
12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024	15/02/2024	16/02/2024
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	CREMA DE CABAZA	ESPIRAIS CON TOMATE
			GUIZO DE CARNE CON CHÍCHAROS	XARDA EN SALSA DE LIMON
			FROITA	BROCOLI
				FROITA
19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024	22/02/2024	23/02/2024
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA	CHÍCHAROS CON XAMON	TALLARINS CON CHAMPIÑONS	FABAS PINTAS CON VERDURAS
RAOGUT DE TENREIRA CON PATACAS GUISADAS	GALLO SAN PEDRO O FORNO XUDIA, CHÍCHARO, CENORIA, COLIFLOR E PATACA	TORTILLA DE PATACA	PESCADA A MARIÑEIRA	GOULASH DE POLO CON XUDIAS
FROITA	MACEDONIA	FROITA	COLIFLOR	IOGUR DE SOIA
26/02/2024	27/02/2024	28/02/2024	29/02/2024	01/03/2024
PATACAS EN SALSA VERDE CON CHÍCHAROS	CREMA CAMPEIRA	LENTELLAS VEXETAIS	CALDO VEXETAL	
FOGONEIRO EN SALSA DE CEDEIRESA	BOLOÑESA VEXETAL	XARDA CON ALLADA	POLO ASADO	
BROCOLI CON CENORIA	MACARRONS SALTEADOS	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	ARROZ BRANCO	
FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA	MACEDONIA	

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
29/01/2024	30/01/2024	31/01/2024	01/02/2024	02/02/2024
			GARAVANZOS CON ESPINACAS	ESPIRAIS CON VERDURAS
			TORTILLA DE BACALAO	XURELO A GALEGA
			TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
			FROITA	FROITA
05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024	09/02/2024
LENTELLAS VEXETAIS	CREMA DE PORROS	MACARRONS CON PISTO	FABAS ESTUFADAS	CREMA DE CENORIA
TORTILLA DE PATACA	ROLIÑO PRIMAVERA	PESCADA EN SALSA VERDE	TORTILLA FRANCESA	GALLO SAN PEDRO O FORNO
TOMATE NATURAL	PATACA ASADA	VERDURAS	XUDIAS REFOGADAS	REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
FROITA	MACEDONIA	IOGUR	FROITA	FLOR DE CARNAVAL
12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024	15/02/2024	16/02/2024
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	CREMA DE CABAZA	ESPIRAIS GRATINADOS
			TORTILLA FRANCESA	XARDA EN SALSA DE LIMON
			CHICHAROS SALTEADOS	BRÓCOLI
			FROITA	FROITA
19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024	22/02/2024	23/02/2024
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA CON FIDEOS	CHICHAROS SALTEADOS	TALLARINS CON CHAMPIÑONS	FABAS PINTAS CON VERDURAS
PESCADA O FORNO	GALLO SAN PEDRO O FORNO	TORTILLA DE PATACA	PESCADA Á MARIÑEIRA	TORTILLA FRANCESA
PATACA ASADA	XUDIA, CHICHARO, CENORIA, COLIFLOR E PATACA	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E ESPARRAGOS	COLIFLOR	XUDIAS REFOGADAS
FROITA	MACEDONIA	FROITA	FROITA	IOGUR
26/02/2024	27/02/2024	28/02/2024	29/02/2024	01/03/2024
PATACAS EN SALSA VERDE CON CHÍCHAROS	CREMA CAMPEIRA	POTAXE DE LENTELLAS	CALDO VEXETAL	
FOGONEIRO EN SALSA DE CEDEIRESA	MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL	XARDA CON ALLADA	TORTILLA FRANCESA	
BROCOLI E CENORIA		ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	ARROZ BRANCO	
FROITA	IOGUR	FROITA	MACEDONIA	

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
29/01/2024	30/01/2024	31/01/2024	01/02/2024	02/02/2024
			GARAVANZOS CON ESPINACAS	ESPIRAIS CON VERDURAS
			TORTILLA DE BACALAO	XURELO A GALEGA
			TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
			FROITA	FROITA
05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024	09/02/2024
LENTELLAS VEXETAIS	CREMA DE PORROS	MACARRONS CON PISTO	FABAS ESTUFADAS	CREMA DE CENORIA
TORTILLA DE PATACA	ESTUFADO DE TENREIRA A XARDIÑEIRA	PESCADA EN SALSA VERDE	POLO EN PEPITORIA	TENREIRA ASADA
TOMATE NATURAL		VERDURAS	XUDIAS	REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
FROITA	MACEDONIA	IOGUR	FROITA	FLOR DE CARNAVAL
12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024	15/02/2024	16/02/2024
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	CREMA DE CABAZA	ESPIRAIS GRATINADOS
			TORTILLA FRANCESA	XARDA EN SALSA DE LIMON
			CHICHAROS SALTEADOS	BRÓCOLI
			FROITA	FROITA
19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024	22/02/2024	23/02/2024
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA CON FIDEOS	CHICHAROS SALTEADOS	TALLARINS CON CHAMPIÑONS	FABAS PINTAS CON VERDURAS
RAOGUT DE TENREIRA CON PATACAS GUISADAS	GALLO SAN PEDRO O FORNO XUDIA, CHICHAROS, CENORIA, COLIFLOR E PATACA	TORTILLA DE PATACA	PESCADA Á MARIÑEIRA	GOULASH DE PAVO CON XUDIAS
FROITA	MACEDONIA	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E ESPARRAGOS	COLIFLOR	IOGUR
26/02/2024	27/02/2024	28/02/2024	29/02/2024	01/03/2024
PATACAS EN SALSA VERDE CON CHÍCHAROS	CREMA CAMPEIRA	POTAXE DE LENTELLAS	CALDO VEXETAL	
FOGONEIRO EN SALSA DE CEDEIRESA	MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL	XARDA CON ALLADA	POLO ASADO	
BROCOLI E CENORIA		ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	ARROZ PILAF	
FROITA	IOGUR	FROITA	MACEDONIA	

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
29/01/2024	30/01/2024	31/01/2024	01/02/2024	02/02/2024
			SOPA DE ARROZ	ESPIRAIS SALTEADOS
			TORTILLA DE PATACA	PESCADA O FORNO
				PATACA COCIDA
			IOGUR	IOGUR
05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024	09/02/2024
SOPA DE CABELLIN	SOPA DE ARROZ	MACARRONS SALTEADOS	SOPA DE PASTA	CREMA DE PATACA
TORTILLA DE PATACA	TENREIRA ASADA	PESCADA O FORNO	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	XAMON ASADO
	PATACA ASADA	PURÉ DE PATACA	PATACA COCIDA	ARROZ BRANCO
IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR
12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024	15/02/2024	16/02/2024
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	MACARRONS SALTEADOS	SOPA DE ARROZ
			XAMON ASADO	XARDA O FORNO
			PATACA COCIDA	PURÉ DE PATACA
			IOGUR	IOGUR
19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024	22/02/2024	23/02/2024
SOPA DE PIÑONS	CREMA DE PATACA	SOPA DE FIDEOS	TALLARINS SALTEADOS	SOPA DE FIDEOS
TENREIRA ASADA	GALLO SAN PEDRO O FORNO	TORTILLA DE PATACA	PESCADA O FORNO	PEITUGA DE POLO
PATACA ASADA	ARROZ BRANCO	-	PURÉ DE PATACA	PATACA COCIDA
IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR
26/02/2024	27/02/2024	28/02/2024	29/02/2024	01/03/2024
SOPA DE ARROZ	CREMA DE PATACA	CODIÑOS SALTEADOS	CREMA DE PATACA	
FOGONEIRO O FORNO	TENREIRA ASADA	PESCADA O FORNO	POLO ASADO	
PURÉ DE PATACA	MACARRONS SALTEADOS	PURÉ DE PATACA	ARROZ BRANCO	
IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR	

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: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición Humana
Departamento de Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 53172340-C

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
29/01/2024	30/01/2024	31/01/2024	01/02/2024	02/02/2024
			GARAVANZOS CON ESPINACAS	ESPIRAIS CON VERDURAS
			TORTILLA DE BACALAO	XURELO A GALEGA
			TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
			FROITA	FROITA
05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024	09/02/2024
LENTELLAS A CASEIRA	CREMA DE PORROS	MACARRONS CON PISTO	FABAS ESTUFADAS	SOPA DE COCIDO
TORTILLA DE PATACA	ESTUFADO DE TENREIRA A XARDIÑEIRA	PESCADA EN SALSA VERDE	POLO EN PEPITORIA	COCIDO
TOMATE NATURAL		VERDURAS	XUDIAS	
FROITA	MACEDONIA	IOGUR	FROITA	FLOR DE CARNAVAL
12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024	15/02/2024	16/02/2024
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	CREMA DE CABAZA	ESPIRAIS GRATINADOS
			GUIZO DE PORCO CON CHÍCHAROS	XARDA EN SALSA DE LIMON
			FROITA	BRÓCOLI
				FROITA
19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024	22/02/2024	23/02/2024
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA CON FIDEOS	CHÍCHAROS CON XAMÓN	TALLARINS CON CHAMPIÑONS	FABAS PINTAS CON VERDURAS
RAOGUT DE TENREIRA CON PATACAS GUISADAS	GALLO SAN PEDRO O FORNO XUDIA, CHÍCHARO, CENORIA, COLIFLOR E PATACA	TORTILLA DE PATACA	PESCADA Á MARIÑEIRA	GOULASH DE PAVO CON XUDIAS
FROITA	MACEDONIA	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E ESPARRAGOS	COLIFLOR	IOGUR
		FROITA	FROITA	
26/02/2024	27/02/2024	28/02/2024	29/02/2024	01/03/2024
PATACAS EN SALSA VERDE CON CHÍCHAROS	CREMA CAMPEIRA	POTAXE DE LENTELLAS	CALDO VEXETAL	
FOGONEIRO EN SALSA DE CEDEIRESA	CALDERETA DE TENREIRA	XARDA CON ALLADA	POLO ASADO	
BROCOLI E CENORIA	MACARRONS SALTEADOS	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	ARROZ PILAF	
FROITA	IOGUR	FROITA	MACEDONIA	

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
29/01/2024	30/01/2024	31/01/2024	01/02/2024	02/02/2024
			GARAVANZOS CON ESPINACAS	PASTA CON VERDURAS
			XARDA O FORNO	XURELO A GALEGA
			TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
			FROITA	FROITA
05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024	09/02/2024
LENTELLAS A CASEIRA	CREMA DE PORROS	MACARRONS CON PISTO	FABAS ESTUFADAS	SOPA DE PASTA
XAMON ASADO	ESTUFADO DE TENREIRA A XARDIÑEIRA	PESCADA EN SALSA VERDE	POLO EN PEPITORIA	CARNE DE COCIDO
TOMATE NATURAL		VERDURAS SALTEADAS	XUDIAS REFOGADAS	REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
FROITA	MACEDONIA	IOGUR	FROITA	PALMEIRA DE HOXALDRE
12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024	15/02/2024	16/02/2024
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	CREMA DE CABAZA	MACARRONS CON TOMATE
			GUIZO DE CARNE CON CHÍCHAROS	XARDA EN SALSA DE LIMON
			FROITA	BROCOLI
				FROITA
19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024	22/02/2024	23/02/2024
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA	CHÍCHAROS CON XAMON	MACARRONS CON CHAMPIÑONS	FABAS PINTAS CON VERDURAS
RAOGUT DE TENREIRA CON PATACAS GUIRADAS	GALLO SAN PEDRO O FORNO XUDIA, CHÍCHARO, CENORIA, COLIFLOR E PATACA	XAMON ASADO	PESCADA A MARIÑEIRA	GOULASH DE POLO CON XUDIAS
FROITA	MACEDONIA	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E ESPARRAGOS	COLIFLOR	IOGUR
		FROITA	FROITA	
26/02/2024	27/02/2024	28/02/2024	29/02/2024	01/03/2024
PATACAS EN SALSA VERDE CON CHÍCHAROS	CREMA CAMPEIRA	LENTELLAS VEXETAIS	CALDO VEXETAL	
FOGONEIRO EN SALSA DE CEDEIRESA	BOLOÑESA VEXETAL	XARDA CON ALLADA	POLO ASADO	
BROCOLI CON CENORIA	MACARRONS	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	ARROZ BRANCO	
FROITA	IOGUR	FROITA	MACEDONIA	

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
29/01/2024	30/01/2024	31/01/2024	01/02/2024	02/02/2024
			CREMA DE CENORIA	PASTA CON VERDURAS
			TORTILLA DE BACALAO	XURELO A GALEGA
			TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
			FROITA	FROITA
05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024	09/02/2024
BROCOLI A CASEIRA	CREMA DE PORROS	MACARRONS CON PISTO	SOPA DE PASTA	SOPA DE PASTA
TORTILLA DE PATACA	TENREIRA ASADA	PESCADA O FORNO	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	XAMÓN ASADO EN SALSA
TOMATE NATURAL	PATACA ASADA	CENORIA BABY	ARROZ BRANCO	REPOLO E PATACA
FROITA	MACEDONIA	IOGUR	FROITA	FLOR DE CARNAVAL
12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024	15/02/2024	16/02/2024
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	CREMA DE CABAZA	MACARRONS CON TOMATE
			XAMON ASADO	XARDA EN SALSA DE LIMON
			PATACA COCIDA	BRÓCOLI
			FROITA	FROITA
19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024	22/02/2024	23/02/2024
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA	CREMA DE CENORIA	MACARRONS CON CHAMPIÑONS	SOPA DE PASTA
TENREIRA ASADA	GALLO SAN PEDRO O FORNO	TORTILLA DE PATACA	PESCADA Á MARIÑEIRA	PEITUGA DE POLO
PATACA ASADA	PISTO DE VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E ESPARRAGOS	COLIFLOR	ARROZ BRANCO
FROITA	MACEDONIA	FROITA	FROITA	IOGUR
26/02/2024	27/02/2024	28/02/2024	29/02/2024	01/03/2024
MACARRONS CON TOMATE	CREMA CAMPEIRA	BROCOLI A CASEIRA	CALDO VEXETAL	
FOGONEIRO EN SALSA DE CEDEIRESA	CALDERETA DE TENREIRA	XARDA CON ALLADA	POLO ASADO	
BROCOLI E CENORIA	MACARRONS SALTEADOS	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	ARROZ PILAF	
FROITA	IOGUR	FROITA	MACEDONIA	

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: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición Humana
Departamento de Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 53172340-C

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
29/01/2024	30/01/2024	31/01/2024	01/02/2024	02/02/2024
			GARAVANZOS CON ESPINACAS	ESPIRAIS CON VERDURAS
			TORTILLA DE PATACA	PEITUGA DE POLO
			TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
			FROITA	FROITA
05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024	09/02/2024
LENTELLAS A CASEIRA	CREMA DE PORROS	MACARRONS CON PISTO	FABAS ESTUFADAS	SOPA DE COCIDO
TORTILLA DE PATACA	ESTUFADO DE TENREIRA A XARDIÑEIRA	XAMÓN ASADO EN SALSA	POLO EN PEPITORIA	COCIDO
TOMATE NATURAL		VERDURAS SALTEADAS	XUDIAS	
FROITA	MACEDONIA	IOGUR	FROITA	FLOR DE CARNAVAL
12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024	15/02/2024	16/02/2024
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	CREMA DE CABAZA	ESPIRAIS GRATINADOS
			GUIZO DE PORCO CON CHÍCHAROS	LOMBO EN SALSA
			FROITA	BROCOLI
				FROITA
19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024	22/02/2024	23/02/2024
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA CON FIDEOS	CHÍCHAROS CON XAMÓN	TALLARINS CON CHAMPIÑONS	FABAS PINTAS CON VERDURAS
RAOGUT DE TENREIRA CON PATACAS GUIADAS	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS XUDIA, CHÍCHARO, CENORIA, COLIFLOR E PATACA	TORTILLA DE PATACA ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E ESPARRAGOS	LOMBO ASADO	GOULASH DE PAVO CON XUDIAS
FROITA	MACEDONIA	FROITA	COLIFLOR	IOGUR
			FROITA	
26/02/2024	27/02/2024	28/02/2024	29/02/2024	01/03/2024
PATACAS EN SALSA VERDE CON CHÍCHAROS	CREMA CAMPEIRA	POTAXE DE LENTELLAS	CALDO VEXETAL	
PEITUGA DE POLO	MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL	TENREIRA ASADA	POLO ASADO	
BROCOLI CON CENORIA		ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	ARROZ PILAF	
FROITA	IOGUR	FROITA	MACEDONIA	

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
29/01/2024	30/01/2024	31/01/2024	01/02/2024	02/02/2024
			GARAVANZOS CON ESPINACAS	ESPIRAIS CON VERDURAS
			TORTILLA DE BACALAO	XURELO A GALEGA
			TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
			FROITA	FROITA
05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024	09/02/2024
LENTELLAS VEXETAIS	CREMA DE PORROS	MACARRONS CON PISTO	FABAS ESTUFADAS	SOPA DE FIDEOS
TORTILLA DE PATACA	XAMON ASADO	PESCADA EN SALSA VERDE	POLO EN PEPITORIA	XAMÓN ASADO EN SALSA
TOMATE NATURAL	PATACA ASADA	VERDURAS SALTEADAS	XUDIAS REFOGADAS	REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
FROITA	MACEDONIA	IOGUR DE SOIA	FROITA	PALMEIRA DE HOXALDRE
12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024	15/02/2024	16/02/2024
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	CREMA DE CABAZA	ESPIRAIS CON TOMATE
			GUIZO DE CARNE CON CHÍCHAROS	XARDA EN SALSA DE LIMON
			FROITA	BROCOLI
				FROITA
19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024	22/02/2024	23/02/2024
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA	CHICHAROS SALTEADOS	TALLARINS CON CHAMPIÑONS	FABAS PINTAS CON VERDURAS
LOMBO ASADO	GALLO SAN PEDRO O FORNO	TORTILLA DE PATACA	PESCADA A MARIÑEIRA	GOULASH DE POLO CON XUDIAS
PATACA ASADA	XUDIA, CHICHAROS, CENORIA, COLIFLOR E PATACA	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E ESPARRAGOS	COLIFLOR	
FROITA	MACEDONIA	FROITA	FROITA	IOGUR DE SOIA
26/02/2024	27/02/2024	28/02/2024	29/02/2024	01/03/2024
PATACAS EN SALSA VERDE CON CHÍCHAROS	CREMA CAMPEIRA	LENTELLAS VEXETAIS	CALDO VEXETAL	
FOGONEIRO EN SALSA DE CEDEIRESA	BOLOÑESA VEXETAL	XARDA CON ALLADA	POLO ASADO	
BROCOLI CON CENORIA	MACARRONS SALTEADOS	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	ARROZ BRANCO	
FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA	MACEDONIA	

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
29/01/2024	30/01/2024	31/01/2024	01/02/2024	02/02/2024
			GARAVANZOS CON ESPINACAS	ESPIRAIS SALTEADAS CON VERDURAS
			XARDA O FORNO	XURELO A GALEGA
			TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
			FROITA	FROITA
05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024	09/02/2024
LENTELLAS VEXETAIS	CREMA DE PORROS	MACARRONS CON PISTO	FABAS ESTUFADAS	SOPA DE PASTA
XAMÓN ASADO	ESTUFADO DE TENREIRA A XARDIÑEIRA	PESCADA EN SALSA VERDE	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	XAMÓN ASADO
TOMATE NATURAL		VERDURAS	XUDIAS REFOGADAS	REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
FROITA	MACEDONIA	IOGUR	FROITA	FROITA
12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024	15/02/2024	16/02/2024
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	CREMA DE CABAZA	ESPIRAIS SALTEADOS
			GUIZO DE CARNE CON CHÍCHAROS	XARDA EN SALSA DE LIMON
			FROITA	BRÓCOLI
				FROITA
19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024	22/02/2024	23/02/2024
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA	CHICHAROS SALTEADOS	TALLARINS SALTEADOS	FABAS PINTAS CON VERDURAS
RAOGUT DE TENREIRA CON PATACAS GUISADAS	GALLO SAN PEDRO O FORNO XUDIA, CHICHAROS, CENORIA, COLIFLOR E PATACA	XAMÓN ASADO ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E ESPARRAGOS	PESCADA O FORNO	GOULASH DE POLO CON XUDIAS
FROITA	MACEDONIA	FROITA	COLIFLOR	IOGUR
26/02/2024	27/02/2024	28/02/2024	29/02/2024	01/03/2024
PATACAS EN SALSA VERDE CON CHÍCHAROS	CREMA CAMPEIRA	LENTELLAS VEXETAIS	CALDO VEXETAL	
PESCADA O FORNO	TENREIRA ASADA	XARDA CON ALLADA	POLO ASADO	
BROCOLI CON CENORIA	MACARRONS SALTEADOS	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	ARROZ BLANCO	
FROITA	IOGUR	FROITA	MACEDONIA	

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: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición Humana
Departamento de Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 53172340-C

INFANTIL FEBREIRO



Luns

Martes

Mércores

Xoves

Venres

5

ACTIVIDADE

ENTROIDO

12



ACTIVIDADE

LOCA

26

ACTIVIDADE

LOCA



6

Xogo libre dirixido polos/as
monitores

13

VACACIÓNS DO ENTROIDO!!!

20

Xogo libre dirixido polos/as
monitores

27

Xogo libre dirixido polos/as
monitores



7



XOGOS /ACTIVADES

ENTROIDO

14



21



XOGOS /ACTIVADES

AS LENTES DE SENTIR

28

XOGOS /ACTIVADES

AS LENTES DE SENTIR

1

XOGOS /ACTIVADES

ENTROIDO

8



CONTOS QUE CONTAN

15

XOGOS /ACTIVADES

ENTROIDO

22

CONTOS QUE CONTAN

29



2

CONTOS QUE CONTAN



9

CONTOS QUE CONTAN

16



23

CONTOS QUE CONTAN

Con colaboración de:
 XUNTA DE GALICIA
 GOBERNO DE GALICIA
 GOBERNACIÓN DE GALICIA

PRIMARIA

FEBREIRO

5 ACTIVIDADE ENTROIDO	6 Xogo libre dirixido polos/as monitores 13 VACACIÓNS DO ENTROIDO!!!	7 14	8 21	9 28	10 29	11 30
1 XOGOS /ACTIVADES ENTROIDO	2 CONTO QUE CONTA	3 9 CONTO QUE CONTA	4 16 CONTO QUE CONTA	5 23 CONTO QUE CONTA	6 30 CONTO QUE CONTA	7 31 CONTO QUE CONTA



Con colaboración de:
CONSEJO DE
SANTILLO
CENTRO DE CULTURA, EDUCACIÓN
E INVESTIGACIÓN



FEBREIRO INFANTIL



LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES



5

Xogo libre dirixido polos/as monitores

6

ACTIVIDADE
ENTROIDO

7

Xogo libre dirixido polos/as
monitores

8

ACTIVIDADE
ENTROIDO

9

Xogo libre dirixido
polos/as monitores

12



13

VACACIÓNS DO ENTROIDO!!!

14



15

XOGOS /ACITIVADES

16

Xogo libre dirixido
polos/as monitores

19

Xogo libre dirixido polos/as
monitores

20

XOGO
DEPORTIVOS

21

Xogo libre dirixido polos/as
monitores

22

XOGOS /ACITIVADES

23

Xogo libre dirixido
polos/as monitores

26

Xogo libre dirixido polos/as
monitores

27

XOGOS /ACITIVADES



BOS HÁBITOS

28

Xogo libre dirixido polos/as
monitores

29

XOGO

O PATIO DO MEU COLE É
PARTICULAR

23





FEBREIRO PRIMARIA



LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES



5

Xogo libre dirixido polos/as monitores

6

ACTIVIDADE
ENTROIDO

7

Xogo libre dirixido polos/as monitores

8

ACTIVIDADE
ENTROIDO

9

Xogo libre dirixido polos/as monitores

12



13

VACACIÓNS DO ENTROIDO!!!

14



15

XOGOS /ACITIVADES

16

Xogo libre dirixido polos/as monitores

19

Xogo libre dirixido polos/as monitores

20

XOGO
DEPORTIVOS

21



Xogo libre dirixido polos/as monitores

22

XOGOS /ACITIVADES

23

Xogo libre dirixido polos/as monitores

26

Xogo libre dirixido polos/as monitores

27

XOGOS /ACITIVADES



BOS HÁBITOS

28

Xogo libre dirixido polos/as monitores

29

XOGO

O PATIO DO MEU COLE É PARTICULAR

23

