

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
30/11/2020	01/12/2020	02/12/2020	03/12/2020	04/12/2020
	ZUME DE LARANXA	MANDARINA	PLÁTANO	KIWI
	VASO DE LEITE	LEITE CALLADO	VASO DE LEITE CON CACAO	QUEIXO FRESCO
	GALLETAS TIPO MARIA	PAN DO DIA	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>Kcal Lip Prot HC</i>	<i>Kcal Lip Prot HC</i>	<i>Kcal Lip Prot HC</i>	<i>Kcal Lip Prot HC</i>
	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
07/12/2020	08/12/2020	09/12/2020	10/12/2020	11/12/2020
NON LECTIVO	FESTIVO	PERA	KIWI	ZUME DE LARANXA
		VASO DE LEITE	IOGUR NATURAL	LEITE CALLADO
		FLOCOS DE MILLO	PAN DO DÍA	GALLETAS
			<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>	
		<i>Kcal Lip Prot HC</i>	<i>Kcal Lip Prot HC</i>	<i>Kcal Lip Prot HC</i>
		353,30 9,81 11,57 67,88	322,57 12,74 19,94 45,27	362,64 10,94 17,30 59,58
14/12/2020	15/12/2020	16/12/2020	17/12/2020	18/12/2020
MANDARINA	MAZA	PLATANO	ZUME DE LARANXA	KIWI
VASO DE LEITE	LEITE CALLAO	IOGUR NATURAL	QUEIXO FRESCO	VASO DE LEITE CON CACAO
PAN DO DIA	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>
<i>V.N.:</i>	<i>V.N.:</i>	<i>V.N.:</i>	<i>V.N.:</i>	<i>V.N.:</i>
<i>Kcal Lip Prot HC</i>	<i>Kcal Lip Prot HC</i>	<i>Kcal Lip Prot HC</i>	<i>Kcal Lip Prot HC</i>	<i>Kcal Lip Prot HC</i>
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
21/12/2020	22/12/2020	23/12/2020	24/12/2020	25/12/2020
ZUME DE LARANXA	PERA	VACACIONS DE NADAL	VACACIONS DE NADAL	VACACIONS DE NADAL
IOGUR NATURAL	LEITE CALLADO			
GALLETAS	PAN DO DÍA			
	<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>			
<i>V.N.:</i>	<i>V.N.:</i>			
<i>Kcal Lip Prot HC</i>	<i>Kcal Lip Prot HC</i>			
325,21 8,99 10,16 55,49	326,80 8,89 14,18 52,35			

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 Sanmartín González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Alimentación
Saludable Gallega