

Abril frío e fornos quentes, alegría prós meus dentes.

MES DE ABRIL

		LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
Semana 02-05	1º Prato		Crema	Potaxe de garavanzos	Sopa	Brócoli
	2º Prato		Arroz á cubana	Peituga con ensalada	Tortilla con sardiñas	Peixe con patacas
	Sobremesa		Froita	Froita	Froita	Froita
		LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
Semana 08-12	1º Prato	Lentellas vexetais	Xudías	Ensalada de pastas	Sopa	Ensalada de arroz
	2º Prato	Macarróns con atún	Peixe con patacas	San xacobos con tomate	Churrasco	Peixe con ensalada
	Sobremesa	Froita	Iogur	Froita	Iogur	Froita
		LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
Semana 15-19	1º Prato	Ensalada mixta	Guisantes con xamón	Crema	Coliflor	Ensaladilla
	2º Prato	Espaguetis	Zorza	Arroz con chipiróns	Polo asado	Peixe con tomate
	Sobremesa	Froita	Froita	Iogur	Froita	Iogur
		LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	MARTES
Semana 22-26	1º Prato	Menestra	Ensalada mixta	Ensalada de garavanzos	Mexillóns	Piña con xamón
	2º Prato	Arroz con carne	Bacalao á galega	Chuletillas con tomte	Guiso de carne	Fideos con gambas
	Sobremesa	Iogur	Froita	Froita	Iogur	Froita
		LUNS				
Semana 29-30	1º Prato					
	2º Prato					
	Sobremesa					

Nota Estimados Pais-Nais: esta dieta completarase cun almorzo rico en froita, leite e cereais necesarios para un bo rendemento académico dos alumnos.