



LUNS 28/01/2019	MARTES 29/01/2019	MÉRCORES 30/01/2019	XOVES 31/01/2019	VENRES 01/02/2019	VALOR NUTRICIONAL SEMANAL
				MINESTRA SALTEADA	ENERXÍA (Kcal) 621,12
				TENREIRA GUISADA CON FIDEOS	Prot. (g) 24,74
				FROITA	Lip. (g) 26,40
				LEITE, GALLETAS E MARMELADA	HdeC (g) 67,91
				PESCADA LÁCTEO	
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>					
LUNS 04/02/2019	MARTES 05/02/2019	MÉRCORES 06/02/2019	XOVES 07/02/2019	VENRES 08/02/2019	VALOR NUTRICIONAL SEMANAL
LENTELLAS A CASEIRA	XUDIAS CON BACON	TALLARINS CON CHAMPIÑONS	CREMA DE PORROS	XORNADA GASTRONÓMICA GALEGA	ENERXÍA (Kcal) 720,04
FILETE DE PESCADA A ROMANA	ESTUFADO DE PAVO CON PATACA E CHÍCHAROS	SALMON O FORNO	TORTILLA DE PATACA		Prot. (g) 28,78
LEITUGA, MILLO E OLIVAS		PATACAS	TOMATE NATURAL		Lip. (g) 25,89
FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR		HdeC (g) 86,92
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>				LEITE CON BISCOITO E FROITA	
CACAO, ZUME E TORRADAS	LEITE, ZUME E CEREAIS	LEITE, PAN E MARMELADA	LEITE CON CEREAIS E FROITA	REVOLTO DE ESPINACAS CON GAMBAS	
LOMBO ASADO	PEIXE DO DIA	PAVO A PRANCHA	RAPANTE		
LÁCTEO	FROITA	LÁCTEO	FROITA	LÁCTEO	
LUNS 11/02/2019	MARTES 12/02/2019	MÉRCORES 13/02/2019	XOVES 14/02/2019	VENRES 15/02/2019	VALOR
CALDO CALEGO	SOPA DE CABELLIN	ESPAGUETI NAPOLITANA	CREMA DE CABACIÑA	GARAVANZOS CON ESPINACAS	ENERXÍA (Kcal) 748,01
PAELLA DE PAVO E VERDURAS	BACALLOO A MOSTAZA	POLO ASADO	GUISO DE CARNE	ATUN GUISADO CON ESPAGUETTIS	Prot. (g) 31,42
	COLIFLOR (con pataca)	LEITUGA, CENORIAS E OLVIAS	ARROZ BRANCO		Lip. (g) 23,07
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	IOGUR	HdeC (g) 96,69
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>				CACAO CON GALLETAS E MARMELADA	
CACAO, ZUME, PAN C/ACEITE	LEITE CON BOLERIA E FROITA	LEITE, PAN E MANTEIGA	LEITE CON TORRADAS E FROITA	COSTELETA A PRANCHA FROITA	
PESCADA LÁCTEO	MACARRONS BOLOÑESA FROITA	LURAS A PRANCHA LÁCTEO	ENSALADA COMPRETA LÁCTEO		
LUNS 18/02/2019	MARTES 19/02/2019	MÉRCORES 20/02/2019	XOVES 21/02/2019	VENRES 22/02/2019	VALOR
SOPA MINISTRONE	CREMA DE CENORIA	FABAS VEXETAIS	CREMA DE VERDURAS	LENTELLAS ESTUFADAS	ENERXÍA (Kcal) 730,51
TORTILLA DE PATACA	TAQUIÑO DE PAVO GUISADO CON MACARRONS	PESCADA GUISADA	MILANESA	XURELO EN SALSA VERDE	Prot. (g) 29,32
TOMATE FRITO		PATACAS CON ALLADA	LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS	PATACA	Lip. (g) 24,47
IOGUR	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	HdeC (g) 92,31
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>				LEITE, GALLETAS E MARMELADA	
LEITE, CEREAIS E FROITA	CACAO, ZUME E TORRADAS	GALLETAS, IOGUR E FROITA	LEITE CON BOLERIA E FROITA	PETUGA DE PAVO LÁCTEO	
PEIXE COCIDO FROITA	SANDWICHE COMPRETO LÁCTEO	COSTELETA LÁCTEO	RAPANTE FROITA		
LUNS 25/02/2019	MARTES 26/02/2019	MÉRCORES 27/02/2019	XOVES 28/02/2019	VENRES 01/03/2019	VALOR
MACARRONS CON TOMATE	CREMA DE BROCOLI E CENORIA	CALDO VEXETAL	FABAS CON VERDURAS		ENERXÍA (Kcal) 671,17
POLO EN PEPITORIA	GUISO DE LURAS	ALBONDEGAS	LOMBO ASADO		Prot. (g) 26,53
CHÍCHAROS E CENORIAS (con pataca)	CON PATACAS	ARROZ	PURE DE CENORIA		Lip. (g) 21,39
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA		HdeC (g) 87,41
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>					
CACAO, ZUME E TORRADAS	LEITE, ZUME E CEREAIS	LEITE, PAN E MARMELADA	LEITE CON CEREAIS E FROITA		
ENSALADA CON ATÚN LÁCTEO	LOMBO O FORNO FROITA	PESCADA LÁCTEO	TORTILLA CON ESPINACAS LÁCTEO		