

LUNS				MARTES				MÉRCORES				XOVES				VENRES			
29/11/2021				30/11/2021				01/12/2021				02/12/2021				03/12/2021			
								TALLARINS A NAPOLITANA				CALDO GALEGO				ARROZ TRES DELICIAS			
								ALBONDEGAS EN SALSA				PESCADA CON ALLADA				TORTILLA DE CABACIÑA			
								PURE DE PATACA				BRECOL E CENORIA				TOMATE NATURAL			
								IOGUR				PERA				MANDARINA			
								Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC
								853,86	31,89	29,69	134,58	628,45	25,02	21,29	69,14	814,54	22,46	25,09	120,57
								% VET	15%	31%	63%	% VET	16%	30%	44%	% VET	11%	28%	59%
06/12/2021				07/12/2021				08/12/2021				09/12/2021				10/12/2021			
												CREMA CAMPEIRA				SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA			
FESTIVO				NON LECTIVO				FESTIVO				POLO O CHILINDRON				ASADO DE TENREIRA EN SALSA DE CENORIAS CON PATACAS			
												ARROZ							
												LARANXA				MAZA			
												Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC
												753,89	28,7	24,08	89,5	529,23	18,09	18,82	60,08
												% VET	15%	29%	47%	% VET	14%	32%	45%
13/12/2021				14/12/2021				15/12/2021				16/12/2021				17/12/2021			
SOPA DE ESTRELIÑAS				ESPAGUETTIS CON TOMATE				LENTELLAS A CASEIRA				XUDIAS SALTEADAS CON ALLADA				CREMA DE BROCOLI E CENORIA			
ATUN GUISADO CON FIDEOS				FILETE RUSO EN SALSA CASTELA				PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL				PAELLA DE PAVO E VERDURAS				TORTILLA DE PATACA			
				XARDIÑEIRA				ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE								LEITUGA E MILLO			
MANDARINA				PERA				MAZA				IOGUR				LARANXA			
Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC
745,03	30,42	26,25	111,35	826,65	26,16	24,53	105,47	724,92	28,78	27,9	80,44	752,08	27,54	21,87	103,14	621,92	15,82	20,57	76,37
% VET	16%	32%	60%	% VET	13%	27%	51%	% VET	16%	35%	44%	% VET	15%	26%	55%	% VET	10%	30%	49%
20/12/2021				21/12/2021				22/12/2021				23/12/2021				24/12/2021			
CREMA DE CABACIÑA				SOPA DE ESTRELIÑAS				<i>Boas Festas</i>											
LOMBO ADUBADO				POLO ASADO A LARANXA															
CODIÑOS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL				ARROZ CON PASAS															
MAZA				MOUSSE DE CHOCOLATE															
Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC												
678,26	25,42	23,28	84,7	836,27	35,49	35,67	142,47												
% VET	15%	31%	50%	% VET	17%	38%	68%												