

SEN FROITOS SECOS

FEBREIRO 2023

LUNS	MARTES	MÉRCORES 1	XOVES 2	VENRES 3
		CREMA DE VERDURAS	SOPA DE ESTRELIÑAS	CHÍCHAROS REFOGADOS
		PESCADA Á PRANCHA	POLO Á PRANCHA	PESCADA COCIDA
		CON PATACA COCIDA E ENSALADA DE TOMATE	CON PISTO DE VERDURAS	CON PATACA AO VAPOR
		FROITA	IOGUR	FROITA
LUNS 6	MARTES 7	MÉRCORES 8	XOVES 9	VENRES 10
LENTELLAS CON VERDURAS E ARROZ	ESPINACAS REFOGADAS	BRÓCOLI REFOGADO	XUDÍAS VERDES REFOGADAS	MINISTRA DE VERDURAS
PAVO Á PRANCHA	LURAS NO SEU XUGO	POLO ASADO	BACALLAO COCIDO	TENREIRA NO SEU XUGO
CON ENSALADA	CON ARROZ	CON PATACA E ENSALADA	CON PATACAS E CHÍCHAROS	CON ARROZ E VERDURAS
FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
LUNS 13	MARTES 14	MÉRCORES 15	XOVES 16	VENRES 17
ESPAGUETES REFOGADOS	BRÓCOLI REFOGADO	GARAVANZOS VEXETAIS	CREMA DE CENORIA	SOPA DE FIDEOS
PAVO NO SEU XUGO	SALMON Á PRANCHA	POLO Á PRANCHA	PEIXE AZUL Á PRANCHA	COCIDO (polo, carne, chourizo, pataca, verdura e garavanzos)
CON ENSALADA	CON ARROZ E VERDURAS	CON ENSALADA	ESPAGUETES AO ALLO	
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR
LUNS 20	MARTES 21	MÉRCORES 22	XOVES 23	VENRES 24
			CREMA DE VERDURAS	COLIFLOR REFOGADA
			POLO Á PRANCHA	PESCADA COCIDA
			CON ENSALADA	CON PATACAS COCIDAS
			FROITA	FROITA
LUNS 27	MARTES 28	MÉRCORES	XOVES	VENRES
CHÍCHAROS REFOGADOS	GRELOS CON PATACAS			
PESCADA COCIDA	PAVO NO SEU XUGO			
CON PATACA AO VAPOR	PASTA REFOGADA			
FROITA	FROITA			

Alimentación Saludable Gallega garante que estes menús foron planificados segundo as indicacións da Xunta de Galicia e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade