

SEN FROITOS SECOS

XUÑO 2023

LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES 1

VENRES 2

CREMA DE VERDURA

SOPA XULIANA CON FIDEOS

PESCADA Á PRANCHA

POLO Á PRANCHA

PATACAS COCIDAS

ARROZ

FROITA

FROITA

LUNS 5

MARTES 6

MÉRCORES 7

XOVES 8

VENRES 9

CREMA FRÍA DE PORROS E PATACAS

ENSALADA DE PASTA DE COLORES

ENSALADA CLÁSICA C/ OVO COCIDO

BRÓCOLI REFOGADO

SOPA DO DÍA

COELLO NO SEU XUGO

PESCADA Á PRANCHA

PEITUGA DE POLO

TENREIRA NO SEU XUGO

SALMÓN (á prancha)

TALLARÍNS REFOGADOS

ENSALADA

PATACA COCIDA

ARROZ E VERDURAS

LEITUGA E TOMATE

IOGUR

FROITA

FROITA

FROITA

FROITA

LUNS 12

MARTES 13

MÉRCORES 14

XOVES 15

VENRES 16

ENSALADA

XUDÍAS VERDES REFOGADAS

LENTELLAS VEXETAIS

CREMA DE VERDURAS

ENSALADA DE TOMATE

TENREIRA NO SEU XUGO

PALOMETA Á PRANCHA

TENREIRA NO SEU XUGO

BACALLAU COCIDO

POLO NO SEU XUGO

PASTA REFOGADA E VERDURA

LEITUGA, TOMATE E CEBOLA

PATACAS COCIDAS

ARROZ, CHÍCHAROS E CENORIAS

PASTA REFOGADA E VERDURA

FROITA

FROITA

IOGUR

FROITA

FROITA

LUNS 19

MARTES 20

MÉRCORES 21

XOVES

VENRES

ENSALADA CON LEITUGA, MAZÁ SEN PASAS

CREMA DE CHÍCHAROS

MINISTRA DE VERDURAS

PAVO NO SEU XUGO

POLO

PEIXE Á PRANCHA

ARROZ CON CHÍCHAROS

CON VERDURAS

ARROZ BRANCO

FROITA

IOGUR

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