

SEN PEIXE NIN MARISCO

XUÑO 2023

LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES 1

VENRES 2

CREMA DE VERDURA

SOPA XULIANA CON FIDEOS

PAVO Á PRANCHA

POLO Á PRANCHA

PATACAS E TOMATE

ARROZ

FROITA

FROITA

LUNS 5

MARTES 6

MÉRCORES 7

XOVES 8

VENRES 9

CREMA FRÍA DE PORROS E PATACAS

ENSALADA DE PASTA S/ATÚN

ENSALADA CLÁSICA S/ATÚN

BRÓCOLI REFOGADO

ENSALADA RUSA S/ATÚN

COELLO NO SEU XUGO

PAVO Á PRANCHA

PEITUGA DE POLO

TENREIRA NO SEU XUGO

RAXO Á PRANCHA

TALLARÍNS AO ALLO

ENSALADA (remolacha, millo, cenoria e cebola)

PATACA COCIDA

ARROZ E VERDURAS

LEITUGA E TOMATE

IOGUR

FROITA

FROITA

FROITA

FROITA

LUNS 12

MARTES 13

MÉRCORES 14

XOVES 15

VENRES 16

ENSALADA DE REMOLACHA, MILLO, CENORIA E CEBOLA

XUDÍAS VERDES CON SALSA DE TOMATE

LENTELLAS ESTUFADAS CON PATACA E VERDURA

CREMA DE VERDURAS

ENSALADA DE TOMATES S/ MEXILLONS

TENREIRA NO SEU XUGO

PAVO Á PRANCHA

TENREIRA NO SEU XUGO

RAXO Á PRANCHA

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 E PASAS

CREMA DE CHÍCHAROS

MINESTRA DE VERDURAS

OVOS ESCALFADOS

POLO

PAVO 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