

SEN FROITOS SECOS

MAIO 2023

LUNS 1

MARTES 2

MÉRCORES 3

XOVES 4

VENRES 5

SOPA DE ESTRELIÑAS CON POLO

CREMA DE VERDURA

SOPA XULIANA CON FIDEOS

PAVO Á PRANCHA

PESCADA Á PRANCHA

POLO Á PRANCHA

ESPINACAS E CHAMPIÑÓNS

PATACAS COCIDAS

ARROZ

IOGUR

FROITA

FROITA

LUNS 8

MARTES 9

MÉRCORES 10

XOVES 11

VENRES 12

BRÓCOLI REFOGADO

ENSALADA DE PASTA DE COLORES

ENSALADA CLÁSICA C/ OVO COCIDO

CREMA FRÍA DE PORROS E PATACAS

SOPA DO DÍA

TENREIRA NO SEU XUGO

PESCADA Á PRANCHA

PEITUGA DE POLO

COELLO NO SEU XUGO

SALMÓN (á prancha)

ARROZ E VERDURAS

ENSALADA

PATACA COCIDA

TALLARÍNS REFOGADOS

LEITUGA E TOMATE

FROITA

FROITA

FROITA

IOGUR

FROITA

LUNS 15

MARTES 16

MÉRCORES 17

XOVES 18

VENRES 19

ENSALADA DE TOMATE

CREMA DE VERDURAS

XUDÍAS VERDES REFOGADAS

ENSALADA CON LEITUGA, MAZÁ SEN PASAS

POLO NO SEU XUGO

BACALLAU COCIDO

PALOMETA Á PRANCHA

PAVO NO SEU XUGO

PASTA REFOGADA E VERDURA

ARROZ, CHÍCHAROS E CENORIAS

LEITUGA, TOMATE E CEBOLA

ARROZ CON CHÍCHAROS

FROITA

FROITA

FROITA

FROITA

LUNS 22

MARTES 23

MÉRCORES 24

XOVES 25

VENRES 26

SOPA DO DÍA

ENSALADA

MINESTRA DE VERDURAS

CREMA DE CHÍCHAROS

SOPA DO DÍA

PAVO Á PRANCHA

TENREIRA NO SEU XUGO

PEIXE Á PRANCHA

POLO

SALMÓN (á prancha)

ENSALADA (tomate, leituga e cebola)

PASTA REFOGADA E VERDURA

ARROZ BRANCO

CON VERDURAS

PATACAS COCIDAS

FROITA

FROITA

FROITA

IOGUR

FROITA

LUNS 29

MARTES 30

MÉRCORES 31

XOVES

VENRES

PURÉ DE CABAZA E CABACIÑA

SOPA DE ESTRELIÑAS CON POLO

ENSALADA

CARNE NO SEU XUGO

PAVO Á PRANCHA

POLO AO FORNO

MINESTRA REFOGADA

ESPINACAS E CHAMPIÑÓNS

ARROZ E VERDURAS

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