

ALERX. LEGUMES

NON CHICHAROS, XUDIÁS, MILLO E LEGUMES

ABRIL 2023

LUNS 3	MARTES 4	MÉRCORES 5	XOVES 6	VENRES 7
LUNS 10	MARTES 11	MÉRCORES 12	XOVES 13	VENRES 14
	SOPA DO DÍA	BRÓCOLI CON PATACAS E ALLADA	SOPA DE FIDEOS	CREMA DE CENORIA
	PAVO Á PRANCHA	POLO ASADO	lo, carne, chourizo, pataca, verdura sen	PEIXE AZUL
	ENSALADA (leituga, tomate e cebola)	PURÉ DE PATACA E ENSALADA (leituga, cenoria sen millo)		ESPAGUETES AO ALLO
	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
LUNS 17	MARTES 18	MÉRCORES 19	XOVES 20	VENRES 21
ESPAGUETES CON SALSA DE TOMATE	SOPA DE PASTA	BRÓCOLI CON PATACAS E ALLADA	SOPA DO DÍA	SOPA DO DÍA
PAVO NO SEU XUGO	TORTILLA CON GAMBAS E CHAMPIÑÓNS	SALMÓN AO FORNO	TENREIRA NO SEU XUGO	BACALLAU COCIDO
ENSALADA (leituga, mazá sen millo)	ENSALADA (tomate, cebola e olivas)	CON ARROZ	CON ARROZ	CON PATACAS COCIDAS
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
LUNS 24	MARTES 25	MÉRCORES 26	XOVES 27	VENRES 28
SOPA DE PASTA	CREMA DE VERDURAS	COLIFLOR CON ALLADA	SOPA DO DÍA	ENSALADIÑA DE PASTA DE CORES
REVOLTO DE OVOS E BACALLAU	MILANESA DE POLO	PESCADA COCIDA	COELLO NO SEU XUGO	FILETE DE ATÚN
	ENSALADA (pataca, pemento, remolacha e tomate)	CON PATACAS COCIDAS	CON ARROZ	ENSALADA (leituga, tomate e cebola)
FROITA	FROITA	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