

ALERX. OVO

ABRIL 2023

LUNS 3

MARTES 4

MÉRCORES 5

XOVES 6

VENRES 7

LUNS 10

MARTES 11

MÉRCORES 12

XOVES 13

VENRES 14

LENTELLAS CON VERDURAS E ARROZ

BRÓCOLI REFOGADO

SOPA DE FIDEOS S/GLUTEN

CREMA DE CENORIA

PAVO Á PRANCHA

POLO ASADO

TENREIRA E POLO COCIDO

PEIXE AZUL Á PRANCHA

CON ENSALADA

CON PATACA E ENSALADA

CON PATACA E VERDURAS

ESPAGUETES S/GLUTEN AO ALLO

FROITA

FROITA

IOGUR

FROITA

LUNS 17

MARTES 18

MÉRCORES 19

XOVES 20

VENRES 21

ESPAGUETES S/GLUTEN C/SALSA DE TOMATE

GARAVANZOS VEXETAIS

BRÓCOLI REFOGADO

MINISTRA DE VERDURAS

XUDÍAS VERDES REFOGADAS

PAVO NO SEU XUGO

POLO Á PRANCHA

SALMÓN Á PRANCHA

TENREIRA NO SEU XUGO

BACALLAU COCIDO

CON ENSALADA

CON ENSALADA

CON ARROZ E VERDURAS

CON ARROZ E VERDURAS

CON PATACAS E CHÍCHAROS

FROITA

IOGUR

FROITA

FROITA

FROITA

LUNS 24

MARTES 25

MÉRCORES 26

XOVES 27

VENRES 28

FABAS CON VERDURAS

CREMA DE VERDURAS

COLIFLOR REFOGADA

CREMA DE CHÍCHAROS

ENSALADIÑA DE PASTA S/GLUTEN S/OVO

BACALLAU Á PRANCHA

POLO Á PRANCHA

PESCADA COCIDA

COELLO NO SEU XUGO

FILETE DE ATÚN

CON ARROZ

CON ENSALADA

CON PATACAS COCIDAS

CON ARROZ E VERDURAS

CON ENSALADA

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