

TURMIX

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 CON PATACAS E ALLADA

SOPA DE FIDEOS

CREMA DE CENORIA

TORTILLA PAISANA

POLO ASADO

TENREIRA E POLO COCIDO

PEIXE AZUL

CON VERDURAS

CON PATACAS

CON PATACA E VERDURAS

ESPAGUETES AO ALLO

POSTRE

POSTRE

POSTRE

POSTRE

LUNS 17

MARTES 18

MÉRCORES 19

XOVES 20

VENRES 21

ESPAGUETES CON SALSAS DE TOMATE E AXE DE GARAVANZOS, VERDURAS E PATACAS

BRÓCOLI CON PATACAS E ALLADA

MINESTRA DE VERDURAS

XUDÍAS VERDES REFOGADAS

PAVO NO SEU XUGO

TORTILLA CON GAMBAS E CHAMPIÑÓN

SALMÓN Á PRANCHA

ARROZ CON TENREIRA E VERDURAS

BACALLAU COCIDO

CON VERDURAS

CON VERDURAS

CON ARROZ E VERDURAS

CON PATACAS E CHÍCHAROS

POSTRE

POSTRE

POSTRE

POSTRE

POSTRE

LUNS 24

MARTES 25

MÉRCORES 26

XOVES 27

VENRES 28

ESTUFADO DE FABAS CON ARROZ E VERDURAS

CREMA DE VERDURAS

COLIFLOR CON ALLADA

CREMA DE CHÍCHAROS CON PICATOSTE

SOPA DE PASTA

REVOLTO DE OVOS E BACALLAU

POLO Á PRANCHA

PESCADA EN SALSAS VERDES

COELLO AO FORNO

FILETE DE ATÚN

CON PATACAS

CON PATACAS COCIDAS

ARROZ CON VERDURAS

CON VERDURAS

POSTRE

POSTRE

POSTRE

POSTRE

POSTRE

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