

**SEN LACTOSA-PROTEINA DO  
LEITE**

**DECEMBRO**

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
27/11/2023	28/11/2023	29/11/2023	30/11/2023	01/12/2023
				CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ
				GUIZO DE PORCO CON PATACAS
				FROITA
04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023
CREMA DE CABACIÑA	GARAVANZOS ESTUFADOS			
BOLOÑESA VEXETAL	TORTILLA DE ATÚN	FESTIVO	NON LECTIVO	FESTIVO
MACARRONS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO			
FROITA	IOGUR DE SOIA			
11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023
SOPA DE CABELLIN	FABAS VEXETAIS	CREMA CAMPEIRA	GARAVANZOS CON ESPINACAS	TALLARINS CON TOMATE
PESCADA EN SALSA DE ALBAHACA	LOMBO NATURAL ADUBADO EN SALSA	TAQUIÑO DE POLO GUISADO	TORTILLA DE PATACA	XARDA A MARIÑEIRA
ARROZ INTEGRAL CON VERDURAS	PATACAS ESTUFADAS	FIDEOS	ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA, MILLO E CENORIA	BROCOLI CON CENORIA
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA
18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023
CREMA DE CABAZA	LENTELLAS ESTUFADAS	CALDO GALEGO	SOPA DE ESTRELIÑAS	
POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS	PESCADA O FORNO	XAMON ASADO	RAGOUT DE PORCO CON CHAMPIÑONS E CENORIAS	
PATACA COCIDA	CODIÑOS CON ALLO E PEREXIL	ARROZ INTEGRAL		
FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA	FROITA	

Alimentación Saludable Gallega garante que estes menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade.