

**SEN LACTOSA-PROTEINA DO
LEITE**

XUÑO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
			CREMA DE CHÍCHAROS	CREMA CAMPEIRA
			XURELO O FORNO	POLO O CHILINDRON
			XUDIAS SALTEADAS	CODIÑOS SALTEADOS
			IOGUR DE SOIA	FROITA
05/06/2023	06/06/2023	07/06/2023	08/06/2023	09/06/2023
ENSALADA TROPICAL	LENTELLAS A CASEIRA	ENSALADILLA	ENSALADA CON GARAVANZOS	CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ
BOLOÑESA VEXETAL	PESCADA EN SALSA VERDE	LOMBO ASADO	GALLO SAN PEDRO O FORNO	TORTILLA DE PATACA
MACARRONS SALTEADOS	PATACA O VAPOR CON PEREXIL	ARROZ BRANCO	PATACA PANADEIRA	ENSALADA DE LEITUGA E MILLO
FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA	FROITA	FROITA
12/06/2023	13/06/2023	14/06/2023	15/06/2023	16/06/2023
XUDIAS CON OVO	PASTA SALTEADA CON VERDURAS	ENSALADA PRIMAVERA CON FABAS	OVOS CON ATUN	ENSALADA ITALIANA
RAGOUT DE CERDO CON SALSA DE SOIA E PATACAS	GALLO SAN PEDRO O FORNO	XAMON ASADO	POLO O ALLO	FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA
	LEITUGA E TOMATE	ARROZ BRANCO	PATACA GUISADA	BROCOLI CON CENORIA
FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR DE SOIA
19/06/2023	20/06/2023	21/06/2023	22/06/2023	23/06/2023
SOPA DE CABELLIN	ENSALADA TRICOLOR	MELON CON XAMON		
TORTILLA DE CABACIÑA	ATÚN GUISADO	XAMÓN ASADO EN SALSA		
TOMATE NATURAL	FIDEOS	ARROZ BRANCO		
FROITA	FROITA	IOGUR DE SOIA		

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.