

**SEN LACTOSA-PROTEINA DO
LEITE**

SETEMBRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
11/09/2023	12/09/2023	13/09/2023	14/09/2023	15/09/2023
BRECOL A CASEIRA CON OVO	ENSALADA TROPICAL	ENSALADA ITALIANA	FABAS VEXETAIS	CREMA DE CABAZA E CABACIÑA
POLO ESTUFADO CON PATACAS	GARAVANZOS GUISADOS CON FIDEOS E BACALLAO	LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS	XURELO EN SALSA DE LIMÓN	ARROZ INTEGRAL CON VERDURAS E PAVO
IOGUR DE SOIA	FROITA	XARDIÑEIRA	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO	FROITA
18/09/2023	19/09/2023	20/09/2023	21/09/2023	22/09/2023
ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, MILLO E CENORIA CON OVO COCIDO	CREMA DE CENORIA	ENSALADA DE FABAS	ENSALADA PRIMAVERA	LENTELLAS GUISADAS CON ARROZ
POLO O CHILINDRON	GUISO DE LURAS CON FIDEOS	TORTILLA DE ESPINACAS	BOLOÑESA VEXETAL	XARDA EN SALSA VERDE
PATACA GUISADA	FROITA	LEITUGA E TOMATE	MACARRONS SALTEADOS	CHÍCHAROS
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA
25/09/2023	26/09/2023	27/09/2023	28/09/2023	29/09/2023
GARAVANZOS CON VERDURAS E CODIÑOS	ENSALADA DE LEITUGA, ESPINACAS, TOMATE, MILLO, CENORIA E OLIVAS	CREMA DE CABACIÑA	MACARRONS A NAPOLITANA	ENSALADA CON HUEVO
XURELO O FORNO	ESTUFADO DE TERNERA A XARDIÑEIRA	LENTELLAS VEXETAIS	PESCADA A GALEGA	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS
ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E MILLO	FROITA	FROITA	VERDURAS CON PATACAS RISOLADAS	ARROZ INTEGRAL
FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA	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.