

LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

Semana 1 ó 2

Semana 5 ó 9

Semana 12 ó 16

Semana 19 ó 23

Semana 26 ó 30

FESTIVO

NON LECTIVO

Crema de verduras
Canelóns de atún
Verduras
Froita

*Salchichas con patacas

Xudías verdes con xamón
Pescada guisada
Arroz e verduras
Froita

*Tortilla con ensalada

Crema de verduras
Polo asado
Pataca cocida
Froita

*Salchichas e arroz con tomate

Brécol con allada
Filete de palometa
Arroz branco
Froita

*Pasta con tomate

Crema de cenoria
Polo guisado
Fideos
logur

*Ovos fritos con arroz

Crema de verduras
Estufado de pavo
Patacas e verduras
logur

*Pasta boloñesa

Garavanzos vexetais
Xouba
Ensalada de tomate
Froita

*Sopa de estrelas e filete

Xudías verdes con xamón
Estufado de pavo
Patacas e verduras
logur

*Verduras e filete de lombo

Fabas con verduras
Arroz mariñeiro con atún
Froita

*Costeleta de porco con patacas

Chícharos con xamón
Arroz mariñeiro con mexilóns
Froita

*Empanada galega

Sopa de peixe e verdura
Tortilla francesa
Espinacas
Froita

*Filete de lombo con patacas fritas

Croquetas polo, tomate e remolacha
Lentellas con patacas
xamón e chourizo
Froita

*Revolto de ovos con gambas

Sopa de pasta
Cocido galego
Pataca e repolo
Froita

*Filete de peixe con ensalada

Crema de cenoria
Guiso de tenreira
Arroz e verduras
Froita

*Peixe á romana con ensalada

Brécol con cenoria
Carne estufada
Patacas e verduras
logur

*Variñas de pescada con ensalada

Minestra de verduras
Guiso de tenreira
Fideos
Froita

*Peixiños fritos con ensalada

Coliflor con allada
Bacallao
Arroz e verduras
Froita

*Pizza caseira

Caldo galego
Bacallao
Arroz e verduras
Froita

*Hamburguesa con patacas

Lentellas estufadas
Guiso de luras
Patacas
Froita

*Sándwich mixto vexetal

Puré de pataca
Salmón
Arroz e verduras
Froita

*Sopa de estrelas e filete

A valoración nutricional é para o rango de idade de 7-9 anos e non inclúe pan.

Inclúe pan e auga
Recomendacións para a cea*