

LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

Semana 3 ó 6

Semana 9 ó 13

Semana 16 ó 20

Semana 23 ó 27

Semana 30 ó 30

	<p>Croquetas con tomate e remolacha</p> <p>Lentellas con patacas</p> <p>xamón e chourizo</p> <p>logur</p> <p>*Filete de tenreira con patacas</p>	<p>Brécol con allada</p> <p>Filete de palometa</p> <p>Arroz branco</p> <p>Froita</p> <p>*Costeleta de porco con ensalada</p>	<p>Crema de verduras</p> <p>Estufado de pavo</p> <p>Patacas e verduras</p> <p>Froita</p> <p>*Pasta boloñesa</p>	<p>Fabas con verduras</p> <p>Arroz mariñeiro con atún</p> <p>Froita</p> <p>*Milanesa de polo con ensalada</p>
<p>Crema de verduras</p> <p>Polo asado</p> <p>Pataca cocida</p> <p>Froita</p> <p>*Verduras e filete de pescada</p>	<p>Coliflor con allada</p> <p>Bacallao</p> <p>Patacas</p> <p>Froita</p> <p>*Salchichas con arroz e tomate</p>	<p>Minestra de verduras</p> <p>Guiso de tenreira</p> <p>Fideos</p> <p>Froita</p> <p>*Luras á romana con ensalada</p>	<p>Puré de pataca</p> <p>Salmón guisado</p> <p>Arroz e verduras</p> <p>logur</p> <p>*Verduras e filete de lombo</p>	<p>Sopa de pasta</p> <p>Cocido galego</p> <p>Pataca e repolo</p> <p>Froita</p> <p>*Ovos fritos con arroz</p>
<p>Xudías verdes con xamón</p> <p>Pescada guisada</p> <p>Arroz e verduras</p> <p>Froita</p> <p>*Filete de tenreira con patacas</p>	<p>Brécol con cenoria</p> <p>Carne estufada</p> <p>Patacas e verduras</p> <p>logur</p> <p>*Pasta con tomate e atún</p>	<p>Caldo galego</p> <p>Bacallao</p> <p>Arroz e verduras</p> <p>Froita</p> <p>*Tortilla con ensalada</p>	<p>Crema de cenoria</p> <p>Polo guisado</p> <p>Fideos</p> <p>Froita</p> <p>*Pizza caseira</p>	<p>Lentellas</p> <p>Guiso de luras</p> <p>Patacas</p> <p>Froita</p> <p>*Costeleta de porco con ensalada</p>
<p>Chícharos con xamón</p> <p>Arroz mariñeiro con mexilóns</p> <p>Froita</p> <p>*Verduras e filete de lombo</p>	<p>Sopa de peixe e verduras</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Espinacas</p> <p>Froita</p> <p>*Hamburguesa con patacas</p>	<p>Crema de verduras</p> <p>Canelóns de atún</p> <p>Verduras</p> <p>Froita</p> <p>*Filete con arroz</p>	<p>Verduras con xamón</p> <p>Estufado de pavo</p> <p>Patacas e verduras</p> <p>logur</p> <p>*Peituga de polo con patacas</p>	<p>Crema de cenoria</p> <p>Tenreira estufada</p> <p>Arroz</p> <p>Froita</p> <p>*Peixe á romana con ensalada</p>
<p>Garavanzos con verduras</p> <p>Sardinillas</p> <p>Ensalada de tomate</p> <p>Froita</p> <p>*Filete empanado con patacas</p>				

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*