

NORMOCALÓRICO

DECEMBRO

2018

	LUNES		Martes		MIÉRCOLES		JUEVES		Viernes	
	03 diciembre	Suxerencias de Cea	04 diciembre	Suxerencias de Cea	05 diciembre	Suxerencias de Cea	06 diciembre	Suxerencias de Cea	07 diciembre	Suxerencias de Cea
2ª Semana	CREMA DE BRECOL	TIMBAL DE TOMATE CON AGUACATE	CALDO GALEGO	ESCALIBADA	CHICHAROS CON XAMÓN	ENSALADA CON GRANADA	FESTIVO 	SOPA DE VERDURAS	BRÓCOLI CON PATACA	
	FILETE DE POLO EMPANADO CON ARROZ	TORTILLA DE PATACA	PESCADA Á ROMANA CON ENSALADA	LOMBO EN SALSAS DE CENORIA	LOMBO AO FORNO CON FIDEOS	BERTORELLA CON PATACA COCIDA		ALBÓNDEGAS CON GORNICIÓN	LIRIOS	
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA		FROITA	FROITA	
	10 diciembre	Suxerencias de Cea	11 diciembre	Suxerencias de Cea	12 diciembre	Suxerencias de Cea	13 diciembre	Suxerencias de Cea	14 diciembre	Suxerencias de Cea
3ª Semana	CREMA DE VERDURAS	ENSALADA DE COENÇOS CON ACEITE DE NOCES	FABADA	ENSALADA DE TOMATE CON XARDA	PASTA GRATINADA	FERVIDO DE VERDURAS CON PATACA E OVO COCIDO	MINESTRA SALTEADA	ENSALADA DE LEITUGA, LARANXA E GRANADA	SOPA DE VERDURAS	ROMANESCO CON PATACA
	TENREIRA ESTUFADA CON PATACAS E VERDURAS	FIDEOS CON PEIXE	LOMBO ASADO CON ENSALADA	ROLLITOS DE PRIMAVERA CON VERDURAS	PALOMETA EN SALSAS CON ENSALADA		PAELLA DE PEIXE E MARISCO	TORTILLA DE PATACA E VERDURAS	PEITUGA Á PRANCHA CON GORNICIÓN DE ENSALADA	DORADA AO FORNO
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA		FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA
	17 diciembre	Suxerencias de Cea	18 diciembre	Suxerencias de Cea	19 diciembre	Suxerencias de Cea	20 diciembre	Suxerencias de Cea	21 diciembre	Suxerencias de Cea
4ª Semana	XUDÍAS VERDES, PATACA COCIDA E OVO RELADO	SOPA DE CENORIA CON COUSCOUS	SOPA DE POLO CON FIDEOS	ENSALADA DE BROTES VERDES E LARANXA	CHICHAROS CON CENORIA	ENSALADA DE LEITUGA, MANGO E AGUACATE	CREMA DE COLIFLOR	SOPA DE COUSCOUS	CROASANT RELLENO	ENSALADA DE PASTA, TOMATE, QUEIXO , ATÚN E OVO
	FILETE DE PORCO EN SALSAS CON ENSALADA	TOMATES ASADOS RECHEOS DE OVO	SALMÓN CON VERDURAS	TORTILLA DE PATACA	POLO ASADO CON VERDURIÑAS, GORNICIÓN ENSALADA	HAMBURGUESA CASEIRA DE PEIXE , GORNICIÓN PURÉ DE PATACA	PESCADA Á ROMANA CON PATATA	ESPAGUETI DE CABACÍN CON CARNE DE POLO	CHURRASCO CON ENSALADA	
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	
	24 diciembre	Suxerencias de Cea	25 diciembre	Suxerencias de Cea	26 diciembre	Suxerencias de Cea	27 diciembre	Suxerencias de Cea	28 diciembre	Suxerencias de Cea
5ª Semana										
6ª Semana										
	NUTRICIONISTA: ANA ISABEL FDEZ ESCUREDO N° COLEGIADO: GA-00117									