

## SEN FROITOS SECOS

## XANEIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
04/01/2021	05/01/2021	06/01/2021	07/01/2021	08/01/2021
				CREMA DE CENORIA  XURELO O FORNO  ESPAGUETTIS O ALLO  FROITA
11/01/2021	12/01/2021	13/01/2021	14/01/2021	15/01/2021
MINISTRA DE VERDURAS CON OVO COCIDO  ARROZ CON TENREIRA E VERDURAS  FROITA	POTAXE DE GARAVANZOS CON VERDURAS E PASTA  TORTILLA DE GAMBAS CON CHAMPIÑONS  ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA E OLIVAS  IOGUR	BRECOL CON PATACAS E ALLADA  SALMON O FORNO  ARROZ CON VERDURAS  FROITA	Espaguetis con salsa de tomate  PAVO O FORNO  ENSALADA DE LEITUGA, MAZA E MILLO  FROITA	XUDIAS VERDES CON XAMON  BACALLAO GUISADO CON PATACAS E CHÍCHAROS  FROITA
18/01/2021	19/01/2021	20/01/2021	21/01/2021	22/01/2021
CREMA DE VERDURAS  Milanesa de polo  ENSALADA DE PATACAS, PEMENTO MORRON, REMOIADCHA E TOMATE  IOGUR	ESTUFADO DE FABAS CON VERDURAS  BACALLAO CON OVOS E ARROZ  FROITA	COLIFLOR CON ALLADA  PESCADA EN SALSA VERDE  PATACAS COCIDAS  FROITA	COLIFLOR A GALEGA  COELLO O FORNO  ARROZ CON VERDURAS  FROITA	ENSALADILLA DE PASTA DE CORES  GUISO DE ATUN  FROITA
25/01/2021	26/01/2021	27/01/2021	28/01/2021	29/01/2021
CALDO DE REPOLO  LOMBO DE PORCO  ARROZ CON PEMENTOS  FROITA	GARAVANZOS CON VERDURAS  GRELOS CON OVO COCIDO, PATACAS E CHOURIZO  FROITA	CREMA DE VERDURAS (Cabaciña e cabaza)  FILETE DE PESCADA A ROMANA  PATACAS COCIDAS E ENSALADA DE TOMATE  FROITA	SOPA DE PEIXE E ESTRELIÑAS  OVOS CON PISTO DE VERDURAS E PATACAS  IOGUR	CHÍCHAROS CON XAMON  TENREIRA GUISADA  FIDEOS  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.