

# SEN FROITOS SECOS

# MARZO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
01/03/2021	02/03/2021	03/03/2021	04/03/2021	05/03/2021
BRECOL CON PATACAS E ALLADA	SOPA DE VERDURAS	LENTELLAS CON VERDURAS E ARROZ	SOPA DE FIDEOS	CREMA DE CENORIA
XURELO O FORNO	ARROZ CON LURAS	TORTILLA PAISANA	COCIDO	XURELO O FORNO
PATACA COCIDA		ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E CEBOLA		ESPAGUETTIS O ALLO
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
08/03/2021	09/03/2021	10/03/2021	11/03/2021	12/03/2021
POTAXE DE GARAVANZOS CON VERDURAS E PASTA	MINESTRA DE VERDURAS CON OVO COCIDO	BRECOL CON PATACAS E ALLADA	ESPAGUETTIS CON TOMATE	XUDIAS VERDES CON XAMON
TORTILLA DE GAMBAS CON CHAMPIÑONS	ARROZ CON TENREIRA E VERDURAS	SALMON O FORNO	PAVO O FORNO	BACALLAO GUISADO CON PATACAS E CHÍCHAROS
ENSALADA DE TOMATE, CEBOLA E OLIVAS		ARROZ CON VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA, MAZA E MILLO	
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
15/03/2021	16/03/2021	17/03/2021	18/03/2021	19/03/2021
CREMA DE VERDURAS	ESTUFADO DE FABAS CON VERDURAS	COLIFLOR CON ALLADA	COLIFLOR A GALEGA	
MILANESA DE POLO	BACALLAO CON OVOS E ARROZ	PESCADA EN SALSA VERDE	COELLO O FORNO	FESTIVO
ENSALADA DE PATACAS, PEMENTO MORRON, REMOI ALHA E TOMATE		PATACAS COCIDAS	ARROZ CON VERDURAS	
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	
22/03/2021	23/03/2021	24/03/2021	25/03/2021	26/03/2021
CALDO DE REPOLO	GARAVANZOS CON VERDURAS	CREMA DE VERDURAS (Cabaciña e cabaza)	SOPA DE PEIXE E ESTRELIÑAS	CHÍCHAROS CON XAMON
LOMBO DE PORCO	GRELOS CON OVO COCIDO, PATACAS E CHOURIZO	FILETE DE PESCADA A ROMANA	OVOS CON PISTO DE VERDURAS E PATACAS	PEITUGA DE POLO ENFARIÑADA
ARROZ CON PEMENTOS		PATACAS COCIDAS E ENSALADA DE TOMATE		PATACA ASADA
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	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.