

SEN MARISCO

ABRIL 2022

LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES 1

CREMA DE CENORIA
PORCO Á PRANCHA
ESPAGUETES AO ALLO
FROITA

LUNS 4

MARTES 5

MÉRCORES 6

XOVES 7

VENRES 8

ESPAGUETES CON SALSA DE TOMATE
PAVO NO SEU XUGO
CON ENSALADA
FROITA

GARAVANZOS VEXETAIS
TORTILLA
CON ENSALADA
IOGUR

BRÓCOLI REFOGADO
SALMON Á PRANCHA
CON ARROZ E VERDURAS
FROITA

MINESTRA DE VERDURAS
TENREIRA NO SEU XUGO
CON ARROZ E VERDURAS
FROITA

XUDÍAS VERDES REFOGADAS
BACALLAO COCIDO
CON PATACAS E CHÍCHAROS
FROITA

LUNS 11

MARTES 12

MÉRCORES 13

XOVES 14

VENRES 15

LUNS 18

MARTES 19

MÉRCORES 20

XOVES 21

VENRES 22

CHÍCHAROS REFOGADOS
PESCADA COCIDA
CON PATACA AO VAPOR
FROITA

CREMA DE VERDURAS
PESCADA Á PRANCHA
CON PATACA COCIDA E ENSALADA DE TOMATE
FROITA

SOPA DE PASTA
POLO Á PRANCHA
CON PISTO DE VERDURAS
IOGUR

CALDO DE REPOLO
PORCO Á PRANCHA
ARROZ CON PEMENTOS
FROITA

LUNS 25

MARTES 26

MÉRCORES 27

XOVES 28

VENRES 29

LENTELLAS CON VERDURAS E ARROZ
TORTILLA PAISANA
CON ENSALADA
FROITA

ESPINACAS REFOGADAS
PESCADA COCIDA
CON ARROZ
FROITA

BRÓCOLI REFOGADO
POLO ASADO
CON PATACA E ENSALADA
FROITA

SOPA DE FIDEOS
COCIDO (polo, carne, chourizo, pataca, verdura e garavanzos)
IOGUR

CREMA DE CENORIA
PORCO Á PRANCHA
ESPAGUETES AO ALLO
FROITA

Alimentación Saludable Gallega garante que estes menús foron planificados segundo as indicacións da Xunta de Galicia e van se r elaborados con materias primas de 1ª calidade