

**OUTUBRO**

**ALMORZOS**

LUNS 28/09/2020	MARTES 29/09/2020	MÉRCORES 30/09/2020	XOVES 01/10/2020	VENRES 02/10/2020
			logur	Vaso de leite con sucre ou mel
			Pan do día	Cereais de millo
			Laranxa	Mazá
			Aceite de oliva V.E. e mermelada	
LUNS 05/10/2020	MARTES 06/10/2020	MÉRCORES 07/10/2020	XOVES 08/10/2020	VENRES 09/10/2020
Vaso de leite con sucre ou mel	logur natural	logur	Vaso de leite con cacao	logur natural
Pan do día	Galletas tipo maria	Pan do día	Cereais de arroz	Pan do día
Kiwi	Pera	Laranxa	Plátano	Mandarina
Aceite de oliva V.E. e mermelada		Aceite de oliva V.E. e mermelada		Aceite de oliva V.E. e mermelada
LUNS 12/10/2020	MARTES 13/10/2020	MÉRCORES 14/10/2020	XOVES 15/10/2020	VENRES 16/10/2020
festivo	Vaso de leite con sucre ou mel	logur natural	Vaso de leite con cacao	logur natural
	Galletas tipo maria	Pan do día	Copos de millo	Galletas tipo maria
	Pera	Kiwi	Plátano	Laranxa
		Aceite de oliva V.E. e mermelada		
LUNS 19/10/2020	MARTES 20/10/2020	MÉRCORES 21/10/2020	XOVES 22/10/2020	VENRES 23/10/2020
Vaso de leite con cacao	logur natural	Vaso de leite con sucre ou mel	logur natural	Vaso de leite con cacao
Galletas tipo maria	Copos de millo	Pan do día	Copos de trigo	Pan do día
Laranxa	Kiwi	Pera	Mandarina	Plátano
		Aceite de oliva V.E. e mermelada		Aceite de oliva V.E. e mermelada
LUNS 26/10/2020	MARTES 27/10/2020	MÉRCORES 28/10/2020	XOVES 29/10/2020	VENRES 30/10/2020
logur natural	Vaso de leite con cacao	logur natural	logur	Vaso de leite con sucre ou mel
Galletas tipo maria	Pan do día	Copos de trigo	Pan do día	Copos de millo
Plátano	Pera	Kiwi	Laranxa	Mazá
	Aceite de oliva V.E. e mermelada		Aceite de oliva V.E. e mermelada	

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.