

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
09/09/2024	10/09/2024	11/09/2024	12/09/2024	13/09/2024
		PLATANO	MANDARINA	KIWI
		VASO DE LEITE CON CACAO	LEITE CALLADO	QUEIXO FRESCO
		CEREAIS DE AVENA	PAN DO DIA	PAN DO DÍA
			<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>	<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>
V.N.:		Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC
		383,10 10,50 12,13 74,59	318,83 9,25 14,18 47,57	368,80 13,55 18,72 56,67
16/09/2024	17/09/2024	18/09/2024	19/09/2024	20/09/2024
MAZÁ	PLÁTANO	PERA	KIWI	ZUME DE LARANXA
VASO DE LEITE CON CACAO	QUEIXO FRESCO	VASO DE LEITE	IOGUR NATURAL	LEITE CALLADO
GALLETAS TIPO MARIA	PAN DO DIA	FLOCOS DE MILLO	PAN DO DÍA	GALLETAS
	<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>		<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>	
V.N.:				
Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC
331,34 8,28 14,55 53,48	323,07 6,78 7,04 49,56	353,30 9,81 11,57 67,88	322,57 12,74 19,94 45,27	362,64 10,94 17,30 59,58
23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024
MANDARINA	MAZA	PLATANO	ZUME DE LARANXA	KIWI
VASO DE LEITE	LEITE CALLAO	IOGUR NATURAL	QUEIXO FRESCO	VASO DE LEITE CON CACAO
PAN DO DIA	CEREAIS DE AVEA	PAN DO DÍA	GALLETAS TIPO MARIA	PAN DO DÍA
<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>		<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>		<i>Aceite de oliva V. E. e mermelada</i>
V.N.:				
Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC	Kcal Lip Prot HC
383,10 10,50 12,13 74,59	326,81 10,50 15,25 55,35	331,68 8,68 7,04 59,29	395,72 11,19 14,84 71,75	371,96 11,34 19,38 61,16
30/09/2024	01/10/2024	02/10/2024	03/10/2024	04/10/2024
ZUME DE LARANXA				
IOGUR NATURAL				
GALLETAS				
V.N.:				
Kcal Lip Prot HC				
325,21 8,99 10,16 55,49				

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.

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y
Nutrición Humana
Departamento de Calidad de
Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 53172340 - C

09/09/2024 10/09/2024 11/09/2024 12/09/2024 13/09/2024

CREMA CAMPEIRA (cabaza, cabaciña e cenoria)

ENSALADA DE LEITUGA, ESPINACAS, TOMATE, MILLO, CENORIA, OLIVAS VERDES

PATACAS ALIÑADAS (patata, cebolla, pimiento morron, judias, atún, perejil)

BOLOÑESA VEXETAL

ESTUFADO DE CARNE DE PORCO

XURELO CON ALLADA

MACARRONS

PATACA GUISADA

LEITUGA, MILLO E CENORIA

LARANXA

KIWI

MACEDONIA DE FROITAS

				Kcal	Prot	Lip	HC					Kcal	Prot	Lip	HC					Kcal	Prot	Lip	HC
				717,09	25,43	23,35	111,64					617,88	17,9	19,32	68,54					639,47	23,76	22,59	77,28
				% VET	14%	29%	62%					% VET	12%	28%	44%					% VET	15%	32%	48%

16/09/2024 17/09/2024 18/09/2024 19/09/2024 20/09/2024

ARROZ TRES DELICIAS (arroz, millo, chícharos e ovo líquido)

ENSALADA DE FABAS (alubia, zanahoria, pimiento rojo, pimiento verde, queso)

ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, REMOLACHA, PEMENTO MORRON, CENORIA

GARAVANZOS CON ACELGA, ESPINACAS E CABAZA

CREMA DE CENORIA (cenoria, patata)

XAMONCIÑOS DE POLO AS FINAS HERBAS

FILETE DE PESCADA A GALEGA

TENREIRA GUISADA

TORTILLA DE CABACIÑA (patata, cabaciña, ovo)

BACALLAO ESTUFADO

LEITUGA, CEBOLA E OLIVAS VERDES

MINESTRA REFOGADA (cenoria, xudía e chícharos)

FIDEOS

LEITUGA E TOMATE

PATACAS

MAZÁ

PLÁTANO

MACEDONIA DE FROITAS

IOGUR

MELOCOTON

Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC
604,03	20,03	20,06	88,77	614,22	21,47	20,29	80,86	604,11	22,05	22,2	96,33	703,38	26,98	25,83	89,45	688,4	20,11	20,9	79,04
% VET	13%	30%	59%	% VET	14%	30%	53%	% VET	15%	33%	64%	% VET	15%	33%	51%	% VET	12%	27%	46%

23/09/2024 24/09/2024 25/09/2024 26/09/2024 27/09/2024

CREMA DE CHICHAROS (chícharos, patacas)

ENSALADA TROPICAL (leituga, ananás, cenoria e millo)

SOPA DE VERDURAS (coliflor, cenoria, porro, apio, xudias, pemento, cebola)

ENSALADA DE GARAVANZOS

ESPAGUETIS A NAPOLITANA

LOMO ASADO EN SALSA PIQUILLOS

ATÚN GUISADO

ESTUFADO DE PAVO

TORTILLA DE BACALLAO (patata, ovo e bacallao)

PESCADA Ó FORNO

LEITUGA, MILLO E CENORIA

FIDEOS

PATACA

TOMATE FRESCO

REPOLO SALTEADO

IOGUR

MACEDONIA DE FROITAS

MANZANA

LARANXA

PLATANO

Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC	Kcal	Prot	Lip	HC
637,44	22,75	21,85	69,63	626,59	20,21	20,89	85,43	617,17	23,87	20,75	75,69	714,14	28,66	27,09	89,86	690,53	24	21,89	87,36
% VET	14%	31%	44%	% VET	13%	30%	55%	% VET	15%	30%	49%	% VET	16%	34%	50%	% VET	14%	29%	51%

30/09/2024 01/10/2024 02/10/2024 03/10/2024 04/10/2024

LENTELLAS A CASEIRA (con chourizo)

TORTILLA DE PATACA (patata, ovo)

TOMATE FRESCO

NECTARINA

Kcal	Prot	Lip	HC
710,63	24,81	25,07	95,24
% VET	14%	32%	54%

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. Si desexa consultar o menú online visite www.serunion-educa.com

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición
DNI: 53172340-C

Tódolos días os menús incluírán pan e auga mineral sen limite.

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
09/09/2024	10/09/2024	11/09/2024	12/09/2024	13/09/2024
		CREMA CAMPEIRA	ENSALADA DE LEITUGA, ESPINACA, TOMATE, MILLO, CENORIA E OLIVAS VERDES	PATACAS ALIÑADAS
		CALDERETA DE TENREIRA	GUIZO DE CARNE CON VERDURAS	XURELO A GALEGA
		MACARRONS		ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS
		FROITA	FROITA	MACEDONIA
16/09/2024	17/09/2024	18/09/2024	19/09/2024	20/09/2024
ARROZ TRES DELICIAS	ENSALADA DE FABAS	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, REMOLACHA, PEMENTO MORRON E CENORIA	GARAVANZOS CON ACELGAS, ESPINACAS E CABAZA	CREMA DE CENORIA
POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS	PESCADA A GALEGA	CALDERETA DE TENREIRA	TORTILLA DE CABACIÑA	GUIZO DE BACALAO CON PATACAS
ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA E OLIVAS	VERDURAS	MACARRONS	LEITUGA E TOMATE	
FROITA	FROITA	MACEDONIA	IOGUR	FROITA
23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024
CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADA TROPICAL	SOPA DE VERDURAS	ENSALADA CON GARAVANZOS	ESPAGUETIS NAPOLITANA
LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS	ATÚN GUISADO	ESTUFADO DE POLO CON PATACAS	TORTILLA DE BACALAO	PESCADA O FORNO
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	MACARRONS		TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
IOGUR	MACEDONIA	FROITA	FROITA	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.

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición Humana
Departamento de Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 53172340-C

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
09/09/2024	10/09/2024	11/09/2024	12/09/2024	13/09/2024
		CREMA CAMPEIRA	SOPA DE FIDEOS	PATACAS ALIÑADAS
		MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL	PESCADA O FORNO	XURELO A GALEGA
			PATACA O VAPOR	PISTO DE VERDURAS
		IOGUR	IOGUR	MACEDONIA
16/09/2024	17/09/2024	18/09/2024	19/09/2024	20/09/2024
SOPA DE VERDURAS	CREMA DE CABACIÑA	CODIÑOS SALTEADOS	GARAVANZOS CON ACELGAS, ESPINACAS E CABAZA	CREMA DE CENORIA
MACARRONS CON TOMATE E ATÚN	PESCADA A GALEGA	FILETE RUSO	TORTILLA DE CABACIÑA	GUISO DE BACALLAO CON PATACAS
	MINESTRA	PATACA ASADA	-	
IOGUR	IOGUR	MACEDONIA	IOGUR	IOGUR
23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024
CREMA DE CHÍCHAROS	MINESTRA	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE CENORIA	ESPAGUETIS A NAPOLITANA
ROLIÑO PRIMAVERA	ATÚN GUISADO CON FIDEOS	GALLO SAN PEDRO O FORNO	TORTILLA DE BACALAO	PESCADA O FORNO
ARROZ BRANCO		PATACA COCIDA	-	REPOLO SALTEADO
IOGUR	MACEDONIA	IOGUR	IOGUR	IOGUR

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.

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición Humana
Departamento de Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 53172340-C

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
09/09/2024	10/09/2024	11/09/2024	12/09/2024	13/09/2024
		CREMA CAMPEIRA	ENSALADA DE LEITUGA, ESPINACA, TOMATE, MILLO, CENORIA E OLIVAS VERDES	PATACAS ALIÑADAS
		TENREIRA ASADA	ESTUFADO DE CARNE DE PORCO CON PATACAS GUIADAS	XURELO A GALEGA
		MACARRONS SALTEADOS		ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS
		FROITA	FROITA	MACEDONIA
16/09/2024	17/09/2024	18/09/2024	19/09/2024	20/09/2024
ARROZ TRES DELICIAS	ENSALADA DE FABAS	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, REMOLACHA, PEMENTO MORRON E CENORIA	GARAVANZOS CON ACELGAS, ESPINACAS E CABAZA	CREMA DE CENORIA
POLO AS FINAS HERBAS	PESCADA A GALEGA	TENREIRA ASADA	TORTILLA FRANCESA	BACALLAO O FORNO
ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA E OLIVAS	MINESTRA	FIDEOS	LEITUGA E TOMATE	PATACA COCIDA
FROITA	FROITA	MACEDONIA	IOGUR DESNATADO	FROITA
23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024
CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADA TROPICAL	SOPA DE VERDURAS	ENSALADA DE GARAVANZOS	ESPAGUETIS SALTEADOS
LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS	XURELO O FORNO	ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS	TORTILLA FRANCESA	PESCADA O FORNO
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	FIDEOS		TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
IOGUR DESNATADO	MACEDONIA	FROITA	FROITA	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.

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición Humana
Departamento de Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 53172340-C

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
09/09/2024	10/09/2024	11/09/2024	12/09/2024	13/09/2024
		CREMA DE CABACIÑA	ENSALADA DE LEITUGA, ESPINACA, TOMATE, MILLO, CENORIA E OLIVAS VERDES	PATACAS ALIÑADAS
		BOLOÑESA VEXETAL	GUIZO DE CARNE CON VERDURAS	XURELO A GALEGA
		MACARRONS		ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS
		FROITA	FROITA	MACEDONIA
16/09/2024	17/09/2024	18/09/2024	19/09/2024	20/09/2024
COLIFLOR O VAPOR	ENSALADA DE FABAS	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, REMOLACHA, PEMENTO MORRON E CENORIA	GARAVANZOS CON ACELGAS, ESPINACAS E CABAZA	CREMA DE ESPINACAS
POLO AS FINAS HERBAS	PESCADA A GALEGA	CALDERETA DE TENREIRA	TORTILLA DE CABACIÑA	GUIZO DE BACALAO CON PATACAS
ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA E OLIVAS	BROCOLI	MACARRONS	LEITUGA E TOMATE	
FROITA	FROITA	MACEDONIA	IOGUR	FROITA
23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024
CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADA TROPICAL	SOPA DE VERDURAS	ENSALADA DE GARAVANZOS	MACARRONS INTEGRAIS A NAPOLITANA
LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS	ATÚN GUISADO	ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS	TORTILLA DE BACALAO	PESCADA O FORNO
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	MACARRONS		TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
IOGUR	MACEDONIA	FROITA	FROITA	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.

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición Humana
Departamento de Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 53172340-C

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
09/09/2024	10/09/2024	11/09/2024	12/09/2024	13/09/2024
		CREMA CAMPEIRA	ENSALADA DE LEITUGA, ESPINACA, TOMATE, MILLO, CENORIA E OLIVAS VERDES	PATACAS ALIÑADAS
		BOLOÑESA VEXETAL	GUIZO DE CARNE CON VERDURAS	XURELO A GALEGA
		MACARRONS SALTEADOS		ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS
		FROITA	FROITA	MACEDONIA
16/09/2024	17/09/2024	18/09/2024	19/09/2024	20/09/2024
ARROZ TRES DELICIAS	ENSALADA DE FABAS	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, REMOLACHA, PEMENTO MORRON E CENORIA	GARAVANZOS CON ACELGAS, ESPINACAS E CABAZA	CREMA DE CENORIA
POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS	PESCADA A GALEGA	CALDERETA DE TENREIRA	TORTILLA DE CABACIÑA	GUIZO DE BACALAO CON PATACAS
ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA E OLIVAS	VERDURAS	FIDEOS	LEITUGA E TOMATE	
FROITA	FROITA	MACEDONIA	IOGUR DE SOIA	FROITA
23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024
CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADA TROPICAL	SOPA DE VERDURAS	ENSALADA CON GARAVANZOS	ESPAGETIS A NAPOLITANA
LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS	ATÚN GUISADO	ESTUFADO DE POLO CON PATACAS	TORTILLA DE BACALAO	PESCADA O FORNO
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	FIDEOS		TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
IOGUR DE SOIA	MACEDONIA	FROITA	FROITA	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.

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición Humana
Departamento de Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 53172340-C

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
09/09/2024	10/09/2024	11/09/2024	12/09/2024	13/09/2024
		CREMA CAMPEIRA	ENSALADA DE LEITUGA, ESPINACA, TOMATE, MILLO, CENORIA E OLIVAS VERDES	PATACAS ALIÑADAS
		MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL	PESCADA O FORNO	XURELO A GALEGA
		FROITA	PATACA O VAPOR	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS
			FROITA	MACEDONIA
16/09/2024	17/09/2024	18/09/2024	19/09/2024	20/09/2024
ARROZ TRES DELICIAS	ENSALADA DE FABAS	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, REMOLACHA, PEMENTO MORRON E CENORIA	GARAVANZOS CON ACELGAS, ESPINACAS E CABAZA	CREMA DE CENORIA
MACARRONS CON TOMATE E ATÚN	PESCADA A GALEGA	ROLIÑO PRIMAVERA	TORTILLA DE CABACIÑA	GUISO DE BACALLAO CON PATACAS
FROITA	MINESTRA	FIDEOS	LEITUGA E TOMATE	FROITA
	FROITA	MACEDONIA	IOGUR	
23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024
CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADA TROPICAL	SOPA DE VERDURAS	ENSALADA DE GARAVANZOS	ESPAGUETIS A NAPOLITANA
ROLIÑO PRIMAVERA	ATÚN GUISADO CON FIDEOS	GALLO SAN PEDRO O FORNO	TORTILLA DE BACALAO	PESCADA O FORNO
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS		PATACA COCIDA	TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
IOGUR	MACEDONIA	FROITA	FROITA	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.

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición Humana
Departamento de Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 53172340-C

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
09/09/2024	10/09/2024	11/09/2024	12/09/2024	13/09/2024
		CREMA CAMPEIRA	ENSALADA DE LEITUGA, ESPINACA, TOMATE, MILLO, CENORIA E OLIVAS VERDES	PATACAS ALIÑADAS
		MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL	PEITUGA DE POLO	XURELO A GALEGA
		FROITA	PATACA O VAPOR	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS
			FROITA	MACEDONIA
16/09/2024	17/09/2024	18/09/2024	19/09/2024	20/09/2024
ARROZ TRES DELICIAS	ENSALADA DE FABAS	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, REMOLACHA, PEMENTO MORRON E CENORIA	GARAVANZOS CON ACELGAS, ESPINACAS E CABAZA	CREMA DE CENORIA
POLO AS FINAS HERBAS	PESCADA A GALEGA	TENREIRA GUISADA CON FIDEOS	TORTILLA DE CABACIÑA	GUISO DE BACALAO CON PATACAS
ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA E OLIVAS	MINESTRA		LEITUGA E TOMATE	
FROITA	FROITA	MACEDONIA	IOGUR	FROITA
23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024
CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADA TROPICAL	SOPA DE VERDURAS	ENSALADA DE GARAVANZOS	ESPAGUETIS A NAPOLITANA
ROLIÑO PRIMAVERA	ATÚN GUISADO CON FIDEOS	ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS	TORTILLA DE BACALAO	PESCADA O FORNO
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS			TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
IOGUR	MACEDONIA	FROITA	FROITA	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.

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición Humana
Departamento de Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 53172340-C

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
09/09/2024	10/09/2024	11/09/2024	12/09/2024	13/09/2024
		CREMA DE PATACA	SOPA DE ARROZ	MACARRONS SALTEADOS
		TENREIRA ASADA	LOMBO ASADO	XURELO O FORNO
		MACARRONS SALTEADOS	PATACA O VAPOR	PURÉ DE PATACA
		IOGUR	IOGUR	IOGUR
16/09/2024	17/09/2024	18/09/2024	19/09/2024	20/09/2024
SOPA DE PIÑONS	CREMA DE PATACA	CODIÑOS SALTEADOS	SOPA DE FIDEOS	CREMA DE PATACA
POLO ASADO	PESCADA O FORNO	TENREIRA ASADA	TORTILLA DE PATACA	PESCADA O FORNO
PURÉ DE PATACA	ARROZ BRANCO	PATACA ASADA		ARROZ BRANCO
IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR
23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024
SOPA DE FIDEOS	MACARRONS SALTEADOS	SOPA DE PASTA	CREMA DE PATACA	ESPAGUETIS SALTEADOS
LOMBO ASADO	XURELO O FORNO	PEITUGA DE POLO	TORTILLA FRANCESA	PESCADA O FORNO
PURÉ DE PATACA	PURÉ DE PATACA	PATACA COCIDA	ARROZ BRANCO	PURÉ DE PATACA
IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR

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.

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición Humana
Departamento de Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 53172340-C

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
09/09/2024	10/09/2024	11/09/2024	12/09/2024	13/09/2024
		CREMA CAMPEIRA	ENSALADA DE LEITUGA, ESPINACA, TOMATE, MILLO, CENORIA E OLIVAS VERDES	PATACAS ALIÑADAS
		CALDERETA DE TENREIRA	ESTUFADO DE CARNE DE PORCO CON PATACAS GUIADAS	XURELO A GALEGA
		MACARRONS SALTEADOS		ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS
		FROITA	FROITA	MACEDONIA
16/09/2024	17/09/2024	18/09/2024	19/09/2024	20/09/2024
ARROZ TRES DELICIAS	ENSALADA DE FABAS	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, REMOLACHA, PEMENTO MORRON E CENORIA	GARAVANZOS CON ACELGAS, ESPINACAS E CABAZA	CREMA DE CENORIA
POLO AS FINAS HERBAS	PESCADA A GALEGA	TENREIRA GUISADA CON FIDEOS	TORTILLA DE CABACIÑA	GUIZO DE BACALAO CON PATACAS
ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA E OLIVAS	MINESTRA		LEITUGA E TOMATE	
FROITA	FROITA	MACEDONIA	IOGUR	FROITA
23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024
CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADA TROPICAL	SOPA DE VERDURAS	ENSALADA DE GARAVANZOS	ESPAQUETIS A NAPOLITANA
LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS	ATÚN GUISADO CON FIDEOS	ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS	TORTILLA DE BACALAO	PESCADA O FORNO
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS			TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
IOGUR	MACEDONIA	FROITA	FROITA	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.

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición Humana
Departamento de Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 53172340-C

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
09/09/2024	10/09/2024	11/09/2024	12/09/2024	13/09/2024
		CREMA CAMPEIRA	ENSALADA DE LEITUGA, ESPINACA, TOMATE, MILLO, CENORIA E OLIVAS VERDES	PATACAS ALIÑADAS
		BOLOÑESA VEXETAL	GUIISO DE CARNE CON VERDURAS	XURELO A GALEGA
		MACARRONS		ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS
		FROITA	FROITA	MACEDONIA
16/09/2024	17/09/2024	18/09/2024	19/09/2024	20/09/2024
ARROZ TRES DELICIAS	ENSALADA DE FABAS	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, REMOLACHA, PEMENTO MORRON E CENORIA	GARAVANZOS CON ACELGAS, ESPINACAS E CABAZA	CREMA DE CENORIA
POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS	PESCADA A GALEGA	CALDERETA DE TENREIRA	LOMBO ASADO	GUIISO DE BACALLAO CON PATACAS
ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA E OLIVAS	VERDURAS	MACARRONS	LEITUGA E TOMATE	
FROITA	FROITA	MACEDONIA	IOGUR	FROITA
23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024
CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADA TROPICAL	SOPA DE VERDURAS	ENSALADA CON GARAVANZOS	PASTA A NAPOLITANA
LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS	ATÚN GUIISADO	ESTUFADO DE POLO CON PATACAS	GALLO SAN PEDRO O FORNO	PESCADA O FORNO
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	MACARRONS		TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
IOGUR	MACEDONIA	FROITA	FROITA	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.

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición Humana
Departamento de Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 53172340-C

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
09/09/2024	10/09/2024	11/09/2024	12/09/2024	13/09/2024
		CREMA CAMPEIRA	ENSALADA DE LEITUGA, ESPINACA, TOMATE, MILLO, CENORIA	MACARRONS SALTEADOS
		CALDERETA DE TENREIRA	GUIISO DE CARNE CON VERDURAS	XURELO A GALEGA
		MACARRONS SALTEADOS		ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS
		FROITA	FROITA	MACEDONIA
16/09/2024	17/09/2024	18/09/2024	19/09/2024	20/09/2024
SOPA DE PASTA	CREMA DE CABACIÑA	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, REMOLACHA, PEMENTO MORRON E CENORIA	MACARRONS SALTEADOS	CREMA DE CENORIA
POLO AS FINAS HERBAS	PESCADA A GALEGA	CALDERETA DE TENREIRA	TORTILLA DE CABACIÑA	BACALLAO O FORNO
ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA E CENORIA	BROCOLI	MACARRONS	LEITUGA E TOMATE	PATACA COCIDA
FROITA	FROITA	MACEDONIA	IOGUR	FROITA
23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024
CREMA DE CABACIÑA	ENSALADA TROPICAL	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE CENORIA	PASTA A NAPOLITANA
LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS	ATÚN GUISADO	PEITUGA DE POLO	TORTILLA DE BACALAO	PESCADA O FORNO
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	MACARRONS	PATACA COCIDA	TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
IOGUR	MACEDONIA	FROITA	FROITA	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.

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición Humana
Departamento de Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 53172340-C

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
09/09/2024	10/09/2024	11/09/2024	12/09/2024	13/09/2024
		CREMA CAMPEIRA	ENSALADA DE LEITUGA, ESPINACA, TOMATE, MILLO, CENORIA E OLIVAS VERDES	PATACAS ALIÑADAS
		MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL	ESTUFADO DE CARNE DE PORCO CON PATACAS GUIADAS	TORTILLA FRANCESA
		FROITA	FROITA	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS
				MACEDONIA
16/09/2024	17/09/2024	18/09/2024	19/09/2024	20/09/2024
ARROZ TRES DELICIAS	ENSALADA DE FABAS	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, REMOLACHA, PEMENTO MORRON E CENORIA	GARAVANZOS CON ACELGAS, ESPINACAS E CABAZA	CREMA DE CENORIA
POLO AS FINAS HERBAS	LOMBO ASADO	TENREIRA GUIADA CON FIDEOS	TORTILLA DE CABACIÑA	XAMÓN ASADO EN SALSA
ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA E OLIVAS	VERDURAS		LEITUGA E TOMATE	PATACA COCIDA
FROITA	FROITA	MACEDONIA	IOGUR	FROITA
23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024
CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADA TROPICAL	SOPA DE VERDURAS	ENSALADA DE GARAVANZOS	ESPAGUETIS A NAPOLITANA
LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS	TENREIRA ASADA	ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS	TORTILLA DE PATACA	PEITUGA DE POLO
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	FIDEOS		TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
IOGUR	MACEDONIA	FROITA	FROITA	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.

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición Humana
Departamento de Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 53172340-C

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
09/09/2024	10/09/2024	11/09/2024	12/09/2024	13/09/2024
		CREMA CAMPEIRA	ENSALADA DE LEITUGA, ESPINACA, TOMATE, MILLO, CENORIA E OLIVAS VERDES	PATACAS ALIÑADAS
		BOLOÑESA VEXETAL	GUIZO DE CARNE CON VERDURAS	XURELO A GALEGA
		MACARRONS SALTEADOS		ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS
		FROITA	FROITA	MACEDONIA
16/09/2024	17/09/2024	18/09/2024	19/09/2024	20/09/2024
ARROZ TRES DELICIAS	ENSALADA DE FABAS	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, REMOLACHA, PEMENTO MORRON E CENORIA	GARAVANZOS CON ACELGAS, ESPINACAS E CABAZA	CREMA DE CENORIA
POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS	PESCADA A GALEGA	LOMBO EN SALSA	TORTILLA DE CABACIÑA	GUIZO DE BACALLAO CON PATACAS
ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA E OLIVAS	VERDURAS	FIDEOS	LEITUGA E TOMATE	
FROITA	FROITA	MACEDONIA	IOGUR DE SOIA	FROITA
23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024
CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADA TROPICAL	SOPA DE VERDURAS	ENSALADA CON GARAVANZOS	ESPAGETIS A NAPOLITANA
LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS	ATÚN GUISADO	ESTUFADO DE POLO CON PATACAS	TORTILLA DE BACALAO	PESCADA O FORNO
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	FIDEOS		TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
IOGUR DE SOIA	MACEDONIA	FROITA	FROITA	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.

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición Humana
Departamento de Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 53172340-C

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
09/09/2024	10/09/2024	11/09/2024	12/09/2024	13/09/2024
		CREMA CAMPEIRA	ENSALADA DE LEITUGA, ESPINACA, TOMATE, MILLO, CENORIA	PATACAS ALIÑADAS
		TENREIRA ASADA	GUIZO DE CARNE CON VERDURAS	XURELO A GALEGA
		MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL		ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS
		FROITA	FROITA	MACEDONIA
16/09/2024	17/09/2024	18/09/2024	19/09/2024	20/09/2024
ARROZ TRES DELICIAS	ENSALADA DE FABAS	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, REMOLACHA, PEMENTO MORRON E CENORIA	GARAVANZOS CON ACELGAS, ESPINACAS E CABAZA	CREMA DE CENORIA
POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS	PESCADA A GALEGA	TENREIRA ASADA	TORTILLA DE PATATA	PESCADA O FORNO
ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA E CENORIA	MINESTRA SALTEADA	FIDEO	LEITUGA E TOMATE	PATACA COCIDA
FROITA	FROITA	MACEDONIA	IOGUR	FROITA
23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024
CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADA TROPICAL	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE CENORIA	ESPAGUETIS SALTEADOS
LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS	XURELO O FORNO	ESTUFADO DE POLO CON PATACAS	GALLO SAN PEDRO O FORNO	PESCADA O FORNO
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	FIDEO		TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
IOGUR	MACEDONIA	FROITA	FROITA	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.

Revisado: Inés Barciela Cabaleiro
Técnico Superior en Dietética y Nutrición Humana
Departamento de Alimentación Saludable Gallega
DNI.: 53172340-C

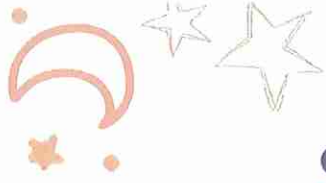
MADRUGADORES



Coa colaboración de:
XUNTA DE GALICIA
CONSELO DE SANTIAGO
E PRAZAS DE PARTICIPACIÓN

SETEMBRO

INFANTIL



LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

16

ACITIVADES



DENTES SÁNS

17

23

ACITIVADES

DENTES SÁNS



30

ACITIVADES

DENTES SÁNS



11

Xogo libre dirixido polos/as monitores

18



Xogo libre dirixido polos/as monitores

25

Xogo libre dirixido polos/as monitores

19

XOGOS

O PATIO DO MEU COLE É PARTICULAR



XOGOS

O PATIO DO MEU COLE É PARTICULAR

26

XOGOS

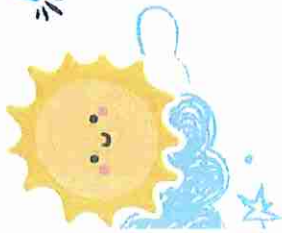
O PATIO DO MEU COLE É PARTICULAR



27

CONTOS QUE CONTAN





SETEMBRO

PRIMARIA



LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

16

ACITIVADES



DENTES SÁNS

17

18

Xogo libre dirixido polos/as monitores



19

XOGOS

O PATIO DO MEU COLE É PARTICULAR

23

ACITIVADES

DENTES SÁNS



24

25

Xogo libre dirixido polos/as monitores



26

XOGOS

O PATIO DO MEU COLE É PARTICULAR

27

CONTOS QUE CONTAN

30

ACITIVADES

DENTES SÁNS



CONTOS QUE CONTAN





LUNS



Coa colaboración de:
XUNTA DE GALICIA
CONSULTORA DE GESTIÓN, FORMACIÓN
E PROMOCIÓN SINDICAL



XOVES

12

MÉRCORES

11

MARTES

16

XOGO LIBRE DIRIXIDO
POLOS/AS MONITORES

23

XOGO LIBRE DIRIXIDO
POLOS/AS MONITORES

30

XOGO LIBRE DIRIXIDO
POLOS/AS MONITORES



17

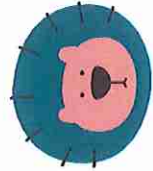
XOGOS

O PATIO DO MEU COLE É
PARTICULAR

24

XOGOS

O PATIO DO MEU COLE É
PARTICULAR



18

XOGO LIBRE DIRIXIDO
POLOS/AS MONITORES

25

XOGO LIBRE DIRIXIDO
POLOS/AS MONITORES

XOGO LIBRE DIRIXIDO
POLOS/AS MONITORES



19

XOGOS

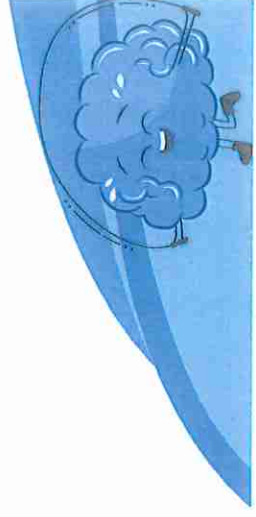
O PATIO DO MEU COLE É
PARTICULAR

26

XOGOS

O PATIO DO MEU COLE É
PARTICULAR

O PATIO DO MEU COLE É
PARTICULAR



VENRES

13

XOGO LIBRE DIRIXIDO
POLOS/AS
MONITORES

20

XOGO LIBRE DIRIXIDO
POLOS/AS
MONITORES

27

XOGO LIBRE DIRIXIDO
POLOS/AS
MONITORES



LUNS

16

XOGO LIBRE DIRIXIDO
POLOS/AS MONITORES

23

XOGO LIBRE DIRIXIDO
POLOS/AS MONITORES

30

XOGO LIBRE DIRIXIDO
POLOS/AS MONITORES



MARTES

17

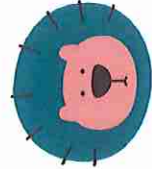
XOGOS

O PATIO DO MEU COLE É
PARTICULAR

24

XOGOS

O PATIO DO MEU COLE É
PARTICULAR



MÉRCORES

11

XOGO LIBRE DIRIXIDO
POLOS/AS MONITORES

18

XOGO LIBRE DIRIXIDO
POLOS/AS MONITORES

25

XOGO LIBRE DIRIXIDO
POLOS/AS MONITORES



Coa colaboración de:
XUNTA DE GALIÇA
CONSELLO DE CULTURA, EDUCACIÓN
E ESPORTE, INDUSTRIA

XOVES

12

XOGOS

O PATIO DO MEU COLE É
PARTICULAR

19

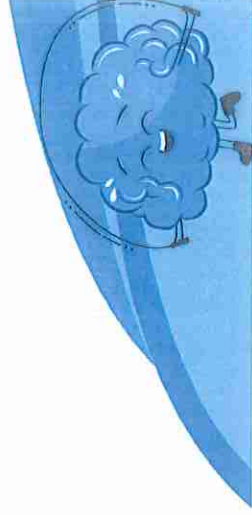
XOGOS

O PATIO DO MEU COLE É
PARTICULAR

26

XOGOS

O PATIO DO MEU COLE É
PARTICULAR



VENRES

13

XOGO LIBRE DIRIXIDO
POLOS/AS
MONITORES

20

XOGO LIBRE DIRIXIDO
POLOS/AS
MONITORES

27

XOGO LIBRE DIRIXIDO
POLOS/AS
MONITORES