

SEN PROTEINA DE VACA

OUTUBRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
30/09/2024	01/10/2024	02/10/2024	03/10/2024	04/10/2024
	BROCOLI A CASEIRA	CREMA CAMPEIRA	FABAS VEXETAIS	SOPA DE VERDURAS CON FIDEO
	PESCADA EN SALSA	LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS	XURELO EN SALSA DE LIMÓN	TORTILLA FRANCESA
	CODIÑOS SALTEADOS	XARDIÑEIRA	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO	PATACAS E CHÍCHAROS
	FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA	FROITA
07/10/2024	08/10/2024	09/10/2024	10/10/2024	11/10/2024
ENSALADA CON HUEVO	LENTELLAS VEXETAIS	SOPA DE PIÑONS	CREMA DE CENORIA	MACARRONS INTEGRAIS A NAPOLITANA
GUIZO DE PORCO CON PATACAS	XARDA EN SALSA VERDE	TORTILLA DE PATACA	POLO ASADO	GARAVANZOS CON CALAMARES
	CHÍCHAROS CON CENORIAS	LEITUGA E TOMATE	ARROZ BRANCO	
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA
14/10/2024	15/10/2024	16/10/2024	17/10/2024	18/10/2024
CREMA DE CABACIÑA	CODIÑOS CON ALLO E PEREXIL	SOPA DE VERDURAS	LENTELLAS CON CABAZA	ENSALADA PRIMAVERA
BOLOÑESA VEXETAL	XURELO O FORNO	XAMON ASADO	PESCADA A GALEGA	POLO ASADO
MACARRONS SALTEADOS	ENSALADA DE LEITUGA E MILLO	ARROZ INTEGRAL	BROCOLI CON PATACA	PATACAS ESTUFADAS
FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA	FROITA	FROITA
21/10/2024	22/10/2024	23/10/2024	24/10/2024	25/10/2024
CALDO DE REPOLO	FABAS VEXETAIS	CREMA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS	TALLARINS INTEGRAIS CON CHAMPIÑONES
XARDA A MARIÑEIRA	TORTILLA DE PATACA	TAQUIÑO DE POLO GUISADO	LOMBO EN SALSA	PESCADA EN SALSA DE ALBAHACA
ARROZ BRANCO	ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA, MILLO E CENORIA	FIDEOS	PATACA ASADA	BROCOLI CON CENORIA
IOGUR DE SOIA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
28/10/2024	29/10/2024	30/10/2024	31/10/2024	01/11/2024
SOPA DE FIDEOS	LENTELLAS VEXETAIS	CREMA DE CABAZA		
POLO O ALLO	GUIZO DE BACALLAO CON PATACAS	TORTILLA DE PATACA	NON LECTIVO	
ARROZ INTEGRAL		ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO		
FROITA	IOGUR DE SOIA	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.