

SEN LACTOSA-PROTEINA DO LEITE

NOVEMBRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
04/11/2024	05/11/2024	06/11/2024	07/11/2024	08/11/2024
CREMA DE VERDURAS	POTAXE DE GARAVANZOS	SOPA DE FIDEOS	MACARRONS INTEGRAIS A NAPOLITANA	CREMA DE CABAZA
XAMÓN ASADO EN SALSA	XURELO O FORNO	TORTILLA DE PATACA	PESCADA A GALEGA	POLO ASADO
ARROZ BRANCO	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO	TOMATE NATURAL	BROCOLI CON PATACA	PATACA ASADA
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA
11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024
ARROZ A MILANESA	CALDO GALEGO	CREMA DE CABACIÑA	LENTELLAS CON CHOURIZO	MINESTRA CON XAMÓN
PESCADA EN SALSA VERDE	POLO ESTUFADO CON PATACAS	BOLOÑESA VEXETAL	XARDA EN SALSA DE LIMON	LOMBO EN SALSA
LEITUGA E TOMATE		MACARRONS SALTEADOS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO	ARROZ INTEGRAL
IOGUR DE SOIA	FROITA	FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA
18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024
CREMA DE CENORIA	SOPA DE VERDURAS CON PIÑONS	LENTELLAS VEXETAIS	XUDIAS CON ALLADA	CREMA DE VERDURAS
TORTILLA DE CABACIÑA	GUISO DE PORCO CON PATACAS	PESCADA O FORNO	POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS	ATÚN GUISADO
TOMATE NATURAL		ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO	ARROZ INTEGRAL	FIDEOS
FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA	FROITA	FROITA
25/11/2024	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024
FABAS VEXETAIS	SOPA DE PIÑONS	CREMA CAMPEIRA	LENTELLAS A CASEIRA	SOPA DE VERDURAS CON ESTRELIÑAS
LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS	PESCADA EN SALSA	CALDERETA DE TENREIRA	XURELO EN SALSA DE LIMÓN	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS
XARDIÑEIRA	BROCOLI CON CENORIA	MACARRONS SALTEADOS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO	ARROZ INTEGRAL
FROITA	FROITA	IOGUR DE SOIA	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.