

FERMÍN BOUZA BREY

XANEIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
07/01/2019	08/01/2019	09/01/2019	10/01/2019	11/01/2019
NON LECTIVO	ENSALADA CON LEITUGA, PEMENTO MORRON, REMOLACHA, MILLO E CENORIA XURELO O FORNO PATACA COCIDA IOGUR	CREMA DE FABAS TORTILLA DE CABACIÑA TOMATE NATURAL FROITA	SOPA DE LETRAS PESCADA CON ALLADA COLIFLOR (con patacas) IOGUR	CALDO DE REPOLO, PORRO, CENORIA E ESPINACAS XAMONCIÑOS DE POLO O FORNO ARROZ FROITA
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>	LEITE CON TORRADAS E FROITA	LEITE CON CEREAIS E FROITA	LEITE CON GALLETAS E FROITA	LEITE, PAN E MERMELADA
	PAVO A PRANCHA FROITA	COSTELETA LÁCTEO	SANDWICH COMPRETA FROITA	PESCADA LÁCTEO
14/01/2019	15/01/2019	16/01/2019	17/01/2019	18/01/2019
CREMA DE CENORIA TAQUIÑO DE PAVO CON MACARRONS IOGUR	LENTELLAS CON CENORIAS PESCADA A ROMANA ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIA FROITA	SOPA DE VERDURAS (con piñons) TENREIRA ESTUFADA ARROZ IOGUR	FABAS CON CABAZA RAPE EN SALSA VERDE CHÍCHAROS CON PATACAS FROITA	XUDIAS CON OVO POLO Ó ALLO PATACAS O VAPOR FROITA
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>	LEITE CON TOSTADAS E FROITA	LEITE CON CEREAIS E FROITA	LEITE CON GALLETAS E FROITA	CACAO, ZUME E TOSTADAS
LURAS A PRANCHA FROITA	XUDÍAS CON XAMÓN LÁCTEO	PESCADA O FORNO FROITA	LOMBO A PRANCHA LÁCTEO	REVOLTO DE ESPINACAS CON GAMBAS LÁCTEO
21/01/2019	22/01/2019	23/01/2019	24/01/2019	25/01/2019
POTAXE DE GARAVANZOS CON ESPINACAS BACALLAO A GALEGA PATACA PANADEIRA FROITA	CREMA DE BROCOLI E CENORIA POLO ASADO ARROZ PILAF IOGUR	SOPA DE COCIDO COCIDO FROITA	COLIFLOR CON BECHAMEL LOMBO ASADO LEITUGA, CENORIA E OLIVAS IOGUR	ESPIRAIS GRATINADOS SALMON EN SALSA CON VERDURAS FROITA
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>	LEITE CON BOLERÍA E FROITA	LEITE, PAN E MANTEIGA	LEITE CON TOSTADAS E FROITA	LEITE CON CEREAIS E FROITA
REVOLVO DE SETAS CON GAMBAS LÁCTEO	PESCADA COCIDA FROITA	PAVO A PRANCHA LÁCTEO	PEIXE DO DIA FROITA	FILETE DE TENREIRA LÁCTEO
28/01/2019	29/01/2019	30/01/2019	31/01/2019	01/02/2019
CREMA DE CABAZA TORTILLA DE PATACAS TOMATE FRITO IOGUR	GARAVANZOS CON VERDURAS RAPE O CURRY PATACAS FROITA	SOPA HORTELANA POLO O CHILINDRON ARROZ IOGUR	FABAS ESTUFADAS PESCADA A ROMANA LEITUGA, ESPARRAGOS E CENORIA FROITA	
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>	CACAO, ZUME E TOSTADAS	GALLETAS, IOGUR E FROITA	LEITE CON BOLERÍA E FROITA	
PEIXE COCIDO FROITA	SANDWICH COMPLETO LÁCTEO	RAPANTE FROITA	COSTELETA LÁCTEO	

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: Carlos Sanmartín González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Alimentación Saludable
Gallega
DNI.: 35.322.598 -A

SEN LACTOSA - PROTEINA DO LEITE
XANEIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
07/01/2019	08/01/2019	09/01/2019	10/01/2019	11/01/2019
NON LECTIVO	ENSALADA DE LEITUGA, PEMENTO, REMOLACHA, MILLO E CENORIA XURELO O FORNO PATACA COCIDA IOGUR DE SOIA	CREMA DE FABAS TORTILLA DE CABACIÑA TOMATE FROITA	SOPA DE PASTA PESCADA CON ALLADA COLIFLOR CON PATACAS IOGUR DE SOIA	CALDO DE REPOLO, PORRO, CENORIA E ESPINACAS XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS ARROZ BRANCO FROITA
14/01/2019	15/01/2019	16/01/2019	17/01/2019	18/01/2019
CREMA DE CENORIA TAQUIÑO DE PAVO GUISADO MACARRONS SALTEADOS IOGUR DE SOIA	LENTELLAS CON CENORIAS FILETE DE PESCADA ENSALADA FROITA	SOPA DE VERDURAS TENREIRA ESTUFADA ARROZ BRANCO IOGUR DE SOIA	FABAS CON CABAZA RAPE EN SALSA VERDE CHÍCHAROS CON PATACAS FROITA	XUDIAS CON OVO POLLO AL AJILLO PATACA COCIDA FROITA
21/01/2019	22/01/2019	23/01/2019	24/01/2019	25/01/2019
GARAVANZOS CON ESPINACAS BACALLAO A GALEGA PATACA PANADEIRA FROITA	CREMA DE CENORIA E BROCOLI POLO ASADO ARROZ BRANCO IOGUR DE SOIA	SOPA DO DIA TERNERA O CALDEIRO CON CHOURIZO REPOLO, PATACAS E FABAS FROITA	COLIFLOR O VAPOR LOMBO ASADO EN SALSA ENSALADA IOGUR DE SOIA	ESPIRAIS CON TOMATE SALMON EN SALSA VERDURAS FROITA
28/01/2019	29/01/2019	30/01/2019	31/01/2019	01/02/2019
CREMA DE CABAZA TORTILLA DE PATACA TOMATE IOGUR DE SOIA	GARAVANZOS CON VERDURAS RAPE O FORNO PATACA COCIDA FROITA	SOPA HORTELANA POLO O CHILINDRON ARROZ BRANCO IOGUR DE SOIA	FABAS VEXETAIS FILETE DE PESCADA ENSALADA 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: Carlos Sanmartín González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Alimentación
Saludable Gallega
DNI.: 35322.598-A

SEN OVO

XANEIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
07/01/2019	08/01/2019	09/01/2019	10/01/2019	11/01/2019
NON LECTIVO	ENSALADA DE LEITUGA, PEMENTO, REMOLACHA, MILLO E CENORIA XURELO O FORNO PATACA COCIDA IOGUR	CREMA DE FABAS XAMÓN ASADO TOMATE FROITA	SOPA DE PASTA PESCADA CON ALLADA COLIFLOR CON PATACAS IOGUR	CALDO DE REPOLO, PORRO, CENORIA E ESPINACAS XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS ARROZ BRANCO FROITA
14/01/2019	15/01/2019	16/01/2019	17/01/2019	18/01/2019
CREMA DE CENORIA TAQUIÑO DE PAVO GUISADO MACARRONS IOGUR	LENTELLAS CON CENORIAS FILETE DE PESCADA ENSALADA FROITA	SOPA DE VERDURAS TENREIRA ESTUFADA ARROZ BRANCO IOGUR	FABAS CON CABAZA RAPE EN SALSAS VERDE CHÍCHAROS CON PATACAS FROITA	XUDIAS REFOGADAS POLLO AL AJILLO PATACA COCIDA FROITA
21/01/2019	22/01/2019	23/01/2019	24/01/2019	25/01/2019
GARAVANZOS CON ESPINACAS BACALLAO A GALEGA PATACA PANADEIRA FROITA	CREMA DE CENORIA E BROCOLI POLO ASADO ARROZ BRANCO IOGUR	SOPA DE PASTA TERNERA O CALDEIRO CON CHOURIZO REPOLO, PATACAS E FABAS FROITA	COLIFLOR O VAPOR Lombo ASADO EN SALSAS ENSALADA IOGUR	MACARRONS CON TOMATE SALMON EN SALSAS VERDURAS FROITA
28/01/2019	29/01/2019	30/01/2019	31/01/2019	01/02/2019
CREMA DE CABAZA TENREIRA ASADA ARROZ BRANCO IOGUR	GARAVANZOS CON VERDURAS RAPE O FORNO PATACA COCIDA FROITA	SOPA HORTELANA POLO O CHILINDRON ARROZ BRANCO IOGUR	FABAS VEXETAIS FILETE DE PESCADA ENSALADA FROITA	

Alimentación Saudable 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: Carlos Sanmartín González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Alimentación
Saudable Gallega
DNI.: 35.322.598 - A