

# MENÚ CURSO 2020/2021

## Nenas/os 1-2 anos

### 1ª SEMANA

COMIDA		MERENDA
<b>LUNS</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con pescada (4) 2º prato: Ovos cocidos con patacas e cenoria (3) Sobremesa: Iogur (7)	Bocadillos de xamón e queixo, e froita triturada (1, 7, 6, 12)
<b>MARTES</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con peituga de polo 2º prato: Guiso de pescada (4, 12) Sobremesa: Froita de tempada	Froita en anacos, iogur e galleta María (1, 7, 6, 12)
<b>MÉRCORES</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con terneira 2º prato: Xamón de porco asado con pataca e cenoria (12, 9) Sobremesa: Froita	Froita en anacos e bocata de chourizo (1, 6, 7, 12)
<b>XOVES</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con peituga de polo 2º prato: Paella de polo con verduriñas (1, 9) Sobremesa: Froita	Froita e leite con Nesquik e galletas María (1, 3, 7, 6, 12)
<b>VENRES</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con pescada (4) 2º prato: Terneira estofada con fideos (9, 1, 12) Sobremesa: Natillas (3, 7)	Froita triturada e bocadillo de crema de chocolate (1, 6, 8, 5, 7, 12)

- Menús elaborados pola cociñeira do centro e revisado pola/o pediatra do Centro de Saúde.
- **ALÉRXENOS**

#### OS 14 ALÉRXENOS



V.P.

# MENÚ CURSO 2020/2021

## Nenas/os 1-2 anos

### 2ª SEMANA

COMIDA		MERENDA
<b>LUNS</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con pescada (4) 2º prato: Espaguetis con atún (1, 4, 3, 12) Sobremesa: Iogur (7)	Bocadillos de xamón e queixo, e froita triturada (1, 7, 6, 12)
<b>MARTES</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con peituga de polo 2º prato: Albondigas con patacas fritas e chícharos (7, 1, 3, 12) Sobremesa: Froita de tempada	Froita triturada, iogur e galleta María (1, 7, 6, 12)
<b>MÉRCORES</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con terneira 2º prato: Filete de pescada rebozada con patacas e tomate (3, 4) Sobremesa: Xelatina (12)	Froita en anacos e bocata de chourizo (1, 6, 7, 12)
<b>XOVES</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con peituga de polo 2º prato: Arróz e calamares (1, 9, 12, 14) Sobremesa: Froita de tempada	Froita e leite con Nesquick e galletas María (1, 3, 7, 6, 12)
<b>VENRES</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con pescada (4) 2º prato: Pizza (1, 3, 7, 12) Sobremesa: Natillas (3, 7)	Froita triturada e bocadillo de crema de chocolate (1, 6, 8, 5, 7, 12)

- Menús elaborados pola cociñeira do centro e revisado pola/o pediatra do Centro de Saúde.

- **ALÉRXENOS**



V.P.



# MENÚ CURSO 2020/2021

## Nenas/os 1-2 anos

### 3ª SEMANA

COMIDA		MERENDA
<b>LUNS</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con pescada (4) 2º prato: Tortilla francesa con queixo fresco e tomate (3, 7) Sobremesa: logur (7)	Bocadillos de xamón e queixo, e froita triturada (1, 7, 6, 12)
<b>MARTES</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con peituga de polo 2º prato: Peituga de pavo a prancha con pataca frita Sobremesa: Froita da tempada	Froita triturada, iogur e galleta María (1, 7, 6, 12)
<b>MÉRCORES</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con terneira 2º prato: Lasaña de terneira (1,3, 7,12) Sobremesa: Froita	Froita en anacos e bocata de chourizo (1, 6, 7, 12)
<b>XOVES</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con peituga de polo 2º prato: Pescada cocida con pataca e xudía (4, 12) Sobremesa: Froita	Froita triturada e leite con Nesquick e galletas María (1, 3, 7, 6, 12)
<b>VENRES</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con pescada (4) 2º prato: Calamares guisados con patacas (9, 14) Sobremesa: Natillas (3, 7)	Froita triturada e bocadillo de crema de chocolate (1, 6, 8, 5, 7, 12)

- Menús elaborados pola cociñeira do centro e revisado pola/o pediatra do Centro de Saúde.
- **ALÉRXENOS**



V.P.

## MENÚ CURSO 2020/2021

### Nenas/os 1-2 anos

#### 4ª SEMANA

	COMIDA	MERENDA
<b>LUNS</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con pescada (4) 2º prato: Macarróns á carbonara (1, 3, 7, 12) Sobremesa: logur (7)	Bocadillos de xamón e queixo, e froita triturada (1, 7, 6, 12)
<b>MARTES</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con peituga de polo 2º prato: Tortilla de pataca con atún e pisto (3, 4, 9, 12) Sobremesa: Froita de tempada	Froita triturada, iogur e galleta María (1, 7, 6, 12)
<b>MÉRCORES</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con terneira 2º prato: Pescada ao forno con arróz (1, 4, 12) Sobremesa: Xelatina (12)	Froita en anacos e bocata de chourizo (1, 6, 7, 12)
<b>XOVES</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con peituga de polo 2º prato: Pastel de carne de terneira e pataca (3, 7) Sobremesa: Froita	Froita triturada e leite con Nesquik e galletas María (1, 3, 7, 6, 12)
<b>VENRES</b>	1º prato: Puré de acelgas, allo porro, cenoria, cabaza, cabaciño e pataca con pescada (4) 2º prato: Peituga de pavo guisada con arróz branco (1, 9, 12) Sobremesa: Natillas (3, 7)	Froita triturada e bocadillo de crema de chocolate (1, 6, 8, 5, 7, 12)
<ul style="list-style-type: none"> <li>Menús elaborados pola cociñeira do centro e revisado pola/o pediatra do Centro de Saúde.</li> <li><b>ALÉRXENOS</b></li> </ul>		

#### OS 14 ALÉRXENOS



V.P.

