

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES	VAL.NUTR.SEMANAL
01/02/2016	02/02/2016	03/02/2016	04/02/2016	05/02/2016	
CODIÑOS CON TOMATE	SOPA DE AVE	CALDO GALEGO	CREMA DE CABAZA	LENTELLAS Á CASEIRA	ENERXÍA (Kcal) 643,24
PESCADA Ó FORNO	XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO	TENREIRA ESTUFADA CON PATACAS E MINESTRA	XARDA EN SALSA VERDE	SAN XACOBO	Prot.(g) 28,81
COLIFLOR REFOGADA	ARROZ CON VERDURAS		PATACAS Á GALEGA	ENSALADA	Lip.(g) 27,02
FROITA	IOGUR	PIÑA NO SEU ZUME	IOGUR	FROITA	HdeC (g) 70,79
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>					
CACAO, ZUME E TOSTADAS	LEITE CON GALLETAS E FROITA	LEITE, ZUME E CEREAIS	LEITE CON TOSTADAS E FROITA	LEITE, GALLETAS E MARMELADA	
FILETE DE TENREIRA LÁCTEO	TORTILLA DE QUEIXO FROITA	PEITUGA DE POLO Á PRANCHA LÁCTEO	FILETE Á PRANCHA FROITA	ESPAGUETTI BOLOÑESA LÁCTEO	
08/02/2016	09/02/2016	10/02/2016	11/02/2016	12/02/2016	
NON LECTIVO	NON LECTIVO	NON LECTIVO	SOPA DE COCIDO	ENSALADA DE OVO DURO	ENERXÍA (Kcal) 540,56
			COCIDO	ATÚN GUISADO CON FIDEOS	Prot.(g) 23,94
			NATILLAS	IOGUR	Lip.(g) 14,55
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>					HdeC (g) 78,82
			LEITE CON CEREAIS E FROITA	CACAO, ZUME E TOSTADAS	
			PESCADA COCIDA FROITA	FILETE DE TENREIRA FROITA	
15/02/2016	16/02/2016	17/02/2016	18/02/2016	19/02/2016	
GARVANZOS ESTUFADOS	CREMA DE PORROS	SOPA DE VERDURAS	MACARRÓNS CON TOMATE	SOPA DE AVE	ENERXÍA (Kcal) 699,44
BACALLAO EMPANADO	POLO ASADO	FILETE RUSO EN SALSA	PESCADA Ó LIMÓN	GUIZO DE CARNE CON MINESTRA E PATACAS	Prot.(g) 27,22
ENSALADA	PATACAS E CENORIAS	ARROZ	BRÓCOLI REFOGADO	FLAN	Lip.(g) 22,27
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA		HdeC (g) 98,36
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>					
LEITE CON CEREAIS E FROITA	LEITE CON BISCOITO E ZUME	LEITE, PAN E MANTEIGA	LEITE CON CEREAIS	LEITE CON TOSTADAS E FROITA	
PEITUGA DE PAVO LÁCTEO	PESCADA COCIDA FROITA	SANDWICH COMPLETO LÁCTEO	PEITUGA DE PAVO LÁCTEO	ENSALADA VARIADA	
22/02/2016	23/02/2016	24/02/2016	25/02/2016	26/02/2016	
LENTELLAS VEXETAIS	CREMA DE CABACIÑA	TALLARINS Á CARBONARA	SOPA DE CABELLIN	CREMA DE CABAZA	ENERXÍA (Kcal) 726,23
TORTILLA ESPAÑOLA	MILANESA	PESCADA EN SALSA	ESTUFADO DE PAVO CON VERDURAS E ARROZ	SALMÓN Ó FORNO	Prot.(g) 28,74
TOMATE	XARDIÑEIRA	ENSALADA	IOGUR	PATACAS VAPOR	Lip.(g) 25,59
IOGUR	FROITA	FROITA		FROITA	HdeC (g) 95,77
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>					
CACAO, ZUME E TOSTADAS	LEITE, PAN E MANTEIGA	GALLETAS, IOGUR E FROITA	LEITE, PAN E MERMELADA	LEITE CON BISCOITO E FROITA	
PEIXE DO DÍA FROITA	PESCADA COCIDA LÁCTEO	LOMBO ADUBADO LÁCTEO	PEIXE FRITO FROITA	CHULETA Á PRANCHA LÁCTEO	
29/02/2016	01/03/2016	02/03/2016	03/03/2016	04/03/2016	
CHÍCHAROS CON BAICON					ENERXÍA (Kcal) 862,28
POLO Ó CHILINDRÓN					Prot.(g) 37,95
ARROZ PILAF					Lip.(g) 22,05
IOGUR					HdeC (g) 128,74
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>					
LEITE, ZUME E CEREAIS					
TORTILLA DE QUEIXO FROITA					