

XUÑO

FANPA

LUNS 28/05/2018	MARTES 29/05/2018	MÉRCORES 30/05/2018	XOVES 31/05/2018	VENRES 01/06/2018	VAL.NUTR.SEMANAL
				CREMA DE BROCOLI E CENORIA	ENERXIA (Kcal) 739,78
				FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA	Prot.(g) 26,57
				ARROZ BRANCO	Lip.(g) 21,57
				PIÑA NO SEU ZUME	HdeC (g) 110,47
Almorzo e cea recomendado.				CACAO, ZUME,PAN C/ACEITE	
				LURAS A PRANCHA LÁCTEO	
LUNS 04/06/2018	MARTES 05/06/2018	MÉRCORES 06/06/2018	XOVES 07/06/2018	VENRES 08/06/2018	VAL.NUTR.SEMANAL
SOPA DE AVE	ENSALADA CON GARAVANZOS E OVO (garavanzo, leituga, ovo, cenoria e millo)	MACARRONS CON SALSA AURORA	TORTILLA DE PATACA	XUDIÁS VERDES CON CHOURIZO	ENERXIA (Kcal) 689,91
MARUCA O VAPOR	COELLO A CAZADORA CON PATACAS	FILETE DE PESCADA Ó FORNO	PEITUGA DE POLO ASADA	ATÚN GUISADO	Prot.(g) 24,70
COLIFLOR A GALEGA		BRECOL REFOGADO	LEITUGA E TOMATE	CON FIDEOS	Lip.(g) 22,80
IOGUR	FROITA	IOGUR ECOLOXICO	FROITA	FROITA	HdeC (g) 93,10
Almorzo e cea recomendado.				LEITE, TOSTADAS E FROITA	
LEITE CON BISCOITO E ZUME	LEITE CON CEREAIS E FROITA	CACAO, PAN CON ACEITE	LEITE CON GALLETAS E FROITA	PEIXE DO DIA LÁCTEO	
LURAS A PRANCHA FROITA	LOMBO Á PRANCHA LÁCTEO	RAPANTE Á PRANCHA FROITA	PEITUGA DE POLO Á PRANCHA LÁCTEO		
LUNS 11/06/2018	MARTES 12/06/2018	MÉRCORES 13/06/2018	XOVES 14/06/2018	VENRES 15/06/2018	VAL.NUTR.SEMANAL
ENSALADA PRIMAVERA CON ESPINAFRES (leituga, millo, esparrago, espinafres e cenoria)	ESPIRAIS GRATINADOS	CREMA DE CABACIÑA	LENTELLAS VEXETAIS	ENSALADA CON OVO COCIDO (leituga, ovo, millo e cenoria)	ENERXIA (Kcal) 776,57
ALBÓNDEGAS A XARDINEIRA	FILETE DE PESCADA Á ROMANA	ESTUFADO DE PAVO CON ARROZ CON VERDURAS	SALMON EN SALSA	LOMBO Ó FORNO	Prot.(g) 27,52
ARROZ	LEITUGA, CENORIA, ESPARRAGO		PATACA COCIDA	ARROZ	Lip.(g) 28,97
FROITA	NATILLA	FROITA	IOGUR	FROITA	HdeC (g) 102,23
Almorzo e cea recomendado.				LEITE, PAN E MANTEIGA	
LEITE, PAN E MERMELADA	CACAO, ZUME E TOSTADAS	GALLETAS, IOGUR E FROITA	LEITE, BISCOITO E FROITA	REVOLTO DE CHAMPIÑOS E GAMBAS LÁCTEO	
REVOLTO DE ESPINACAS LÁCTEO	PESCADA A PRANCHA FROITA	TORTILLA DE QUEIXO LÁCTEO	SANDWICH VEXETAL FROITA		
LUNS 18/06/2018	MARTES 19/06/2018	MÉRCORES 20/06/2018	XOVES 21/06/2018	VENRES 22/06/2018	VAL.NUTR.SEMANAL
MINESTRA CON BAICON	TORTILLA DE CABACIÑA	TALLARINS CON CHAMPIÑONS	MENÚ ESPECIAL		ENERXIA (Kcal) 860,75
POLO ASADO	COSTELETA EN SALSA	PESCADA EN SALSA DE MOSTAZA		Prot.(g) 33,39	
PATACAS ASADAS	LEITUGA E TOMATE	LEITUGA, CENORIA E MILLO		Lip.(g) 33,20	
FROITA	FROITA	IOGUR ECOLOXICO		HdeC (g) 109,56	
Almorzo e cea recomendado.					
LEITE, GALLETAS E FROITA	CACAO, ZUME,PAN C/ACEITE	LEITE CON CEREAIS E FROITA			
FILETE DE TENREIRA LÁCTEO	PEIXE DO DIA LÁCTEO	ENSALADA CON FROITOS SECOS E FROITA			