

FANPA

FEBREIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES	VAL.NUTR.SEMANAL
01/02/2016	02/02/2016	03/02/2016	04/02/2016	05/02/2016	
LENTELLAS CON CHOURIZO	CODIÑOS CON TOMATE	SOPA DE AVE	CALDO GALEGO	CREMA DE CABAZA	ENERXÍA (Kcal) 747,84
TORTILLA DE CABACIÑA	ALBÓDEGAS EN SALSA	XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO	TENREIRA ESTUFADA CON PATACAS E MINESTRA	XARDA EN SALSA VERDE	Prot.(g) 32,40
TOMATE	XARDIÑEIRA	ARROZ CON VERDURAS		PATACAS Á GALEGA	Líp.(g) 23,23
FROITA	IOGUR	PIÑA NO SEU ZUME	IOGUR	FROITA	HdeC(g) 100,84
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>					
CACAO, ZUME E TOSTADAS	LEITE, PAN E MERMELADA	LEITE CON GALLETAS E FROITA	LEITE, ZUME E CEREAIS	LEITE CON TOSTADAS E FROITA	
PEIXE FRITO LÁCTEO	XUDIÁS CON XAMÓN FROITA	TORTILLA DE QUEIXO LÁCTEO	PEITUGA DE POLO Á PRANCHA FROITA	FILETE Á PRANCHA LÁCTEO	
08/02/2016	09/02/2016	10/02/2016	11/02/2016	12/02/2016	
NON LECTIVO	NON LECTIVO	NON LECTIVO	LENTELLAS Á CASEIRA	SOPA DE COCIDO	ENERXÍA (Kcal) 431,50
			SAN XACOBO	COCIDO	Prot.(g) 15,28
			ENSALADA		Líp.(g) 15,36
			IOGUR	NATILLAS	HdeC(g) 59,15
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>					
			LEITE, GALLETAS E MARMELADA	LEITE CON CEREAIS E FROITA	
			ESPAGUETTI BOLONESA FROITA	PESCADA COCIDA FROITA	
15/02/2016	16/02/2016	17/02/2016	18/02/2016	19/02/2016	VAL.NUTR.SEMANAL
CALDO VEXETAL	GARVANZOS ESTUFADOS	CREMA DE PORROS	SOPA DE VERDURAS	MACARRÓNS CON TOMATE	ENERXÍA (Kcal) 731,19
ATÚN GUISADO CON FIDEOS	BACALLAO EMPANADO	POLO ASADO	FILETE RUSO EN SALSA	PESCADA Ó LIMÓN	Prot.(g) 26,42
	ENSALADA	PATACAS E CENORIAS	ARROZ	BRÓCOLI REFOGADO	Líp.(g) 23,31
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	IOGUR	HdeC(g) 104,82
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>					
CACAO, ZUME E TOSTADAS	LEITE CON CEREAIS E FROITA	LEITE CON BISCOITO E ZUME	LEITE, PAN E MANTEIGA	LEITE CON CEREAIS	
FILETE DE TENREIRA LÁCTEO	PEITUGA DE PAVO FROITA	PESCADA COCIDA LÁCTEO	SANDWICH COMPLETO LÁCTEO	PEITUGA DE PAVO FROITA	
22/02/2016	23/02/2016	24/02/2016	25/02/2016	26/02/2016	VAL.NUTR.SEMANAL
SOPA DE AVE	LENTELLAS VEXETAIS	CREMA DE CABACIÑA	TALLARINS Á CARBONARA	SOPA DE CABELLIN	ENERXÍA (Kcal) 743,23
GUIZO DE CARNE CON MINESTRA E PATACAS	TORTILLA ESPAÑOLA	MILANESA	RABAS EMPANADAS	ESTUFADO DE PAVO CON VERDURAS E ARROZ	Prot.(g) 28,12
	TOMATE	XARDIÑEIRA	ENSALADA		Líp.(g) 27,11
IOGUR	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	HdeC(g) 97,12
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>					
LEITE CON TOSTADAS E FROITA	CACAO, ZUME E TOSTADAS	LEITE, PAN E MANTEIGA	LEITE, PAN E MERMELADA	LEITE, PAN E MERMELADA	
ENSALADA VARIADA FROITA	PEIXE DO DÍA LÁCTEO	PESCADA COCIDA LÁCTEO	TORTILLA DE QUEIXO FROITA	PEIXE FRITO LÁCTEO	
29/02/2016	01/03/2016	02/03/2016	03/03/2016	04/03/2016	VAL.NUTR.SEMANAL
CREMA DE CABAZA					ENERXÍA (Kcal) 780,06
SALMÓN Ó FORNO					Prot.(g) 33,09
PATACAS VAPOR					Líp.(g) 27,67
IOGUR					HdeC(g) 100,41
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>					
LEITE CON BISCOITO E FROITA					
CHULETA Á PRANCHA FROITA					