

DECEMBRO

FANPA

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES 01/12/2016	VENRES 02/12/2016	VAL.NUTR.SEMANAL	
			LENTELLAS A CASEIRA BACALLAO EMPANADO COLIFLOR A GALEGA FROITA	CREMA DE PORROS GUIZO DE TENREIRA CON FIDEOS E CHAMPIÑONS FROITA	ENERXIA (Kcal)	662,07
			LEITE CON CEREAIS E FROITA SANDWICH COMPLETO LÁCTEO	LEITE, GALLETAS E MERMELEDA ENSALADA CON ATÚN LÁCTEO	Prot. (g)	29,73
					Lip. (g)	24,84
					HdeC (g)	81,23
<i>Almorzo e cea recomendada</i>						
LUNS 05/12/2016	MARTES 06/12/2016	MÉRCORES 07/12/2016	XOVES 08/12/2016	VENRES 09/12/2016	VAL.NUTR.SEMANAL	
NON LECTIVO	FESTIVO	EMPANADA DE ATÚN TAQUIÑO DE POLO CON MACARRONS IOGUR	FESTIVO	CREMA DE CENORIA ALBONDEGAS XARDINEIRA DE VERDURAS FROITA	ENERXIA (Kcal)	865,33
		LEITE, PAN E MANTEIGA LURAS A PRANCHA FROITA		LEITE CON CEREAIS TORTILLA DE GAMBAS LÁCTEO	Prot. (g)	34,77
					Lip. (g)	28,02
					HdeC (g)	118,46
LUNS 12/12/2016	MARTES 13/12/2016	MÉRCORES 14/12/2016	XOVES 15/12/2016	VENRES 16/12/2016	VAL.NUTR.SEMANAL	
LENTELLAS CON CHOURIZO PESCADA A ROMANA ENSALADA FROITA	CALDO GALEGO LOMBO O FORNO ARROZ PILAF IOGUR	CREMA DE CABACIÑA ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS E VERDURAS FROITA	ESPIRAIS GRATINADOS SALMÓN EN SALSA BRECOL REFOGADO IOGUR	SOPA DO DIA POLO ASADO PATACAS E MINESTRA FROITA	ENERXIA (Kcal)	699,60
LEITE CON TOSTADAS E FROITA PEIXE DO DIA FROITA	LEITE CON BISCOITO E ZUME MACARRONS CON ATÚN LÁCTEO	GALLETAS, IOGUR E FROITA PEITUGA DE PAVO FROITA	CACAO, PAN CON ACEITE COSTELETA LÁCTEO		Prot. (g)	30,52
					Lip. (g)	20,55
					HdeC (g)	98,66
<i>Almorzo e cea recomendada CACAO, ZUME E TOSTADAS FILETE A PRANCHA LÁCTEO</i>						
LUNS 19/12/2016	MARTES 20/12/2016	MÉRCORES 21/12/2016	XOVES 22/12/2016	VENRES 23/12/2016	VAL.NUTR.SEMANAL	
FABAS ESTUFADAS RABAS ENSALADA IOGUR	CREMA DE CABAZA TORTILLA DE PATACA TOMATE FROITA	CROQUETAS POLO Ó CHILINDRON ARROZ TURRÓN DE CHOCOLATE			ENERXIA (Kcal)	846,16
LEITE, CEREAIS E FROITA REVOLTO DE ACELGAS FROITA	LEITE, ZUME E CEREAIS RAPANTE A PRANCHA LÁCTEO	CACAO, ZUME E TOSTADAS PEIXE FRITO FROITA			Prot. (g)	24,29
					Lip. (g)	37,46
					HdeC (g)	103,24
<i>Almorzo e cea recomendada</i>						