

XANEIRO

FANPA

LUNS 09/01/2017	MARTES 10/01/2017	MÉRCORES 11/01/2017	XOVES 12/01/2017	VENRES 13/01/2017	VAL.NUTR.SEMANAL	
SOPA HORTELANA	LENTELLAS CON CHOURIZO	CALDO VEXETAL	TALLARINS CON CHAMPIÑONS	CREMA DE ESPINACAS	ENERXÍA (Kcal)	720,78
POLO Ó CHILINDRÓN	SALMÓN EN SALSAS	ESTUFADO DE PAVO CON VERDURAS E PATACAS	PESCADA Á MARIÑEIRA	LOMBO	Prot. (g)	30,42
ARROZ Ó FORNO	COLIFLOR REFOGADA		MINESTRA	PATACA PANADEIRA	Lip. (g)	23,35
FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA	HdeC (g)	92,86
<i>Almorzo e cea</i>						
LEITE, CEREAIS E FROITA	LEITE, PAN E MARMELADA	CACAO, ZUME E PAN C/ACEITE	GALLETAS, IOGUR E FROITA	LEITE CON TOSTADAS E FROITA		
SANDWICH COMPLETO LÁCTEO	FILETE A PRANCHA FROITA	PESCADA COCIDA LÁCTEO	PEITUGA DE POLO Á PRANCHA FROITA	LURAS A PRANCHA LÁCTEO		
LUNS 16/01/2017	MARTES 17/01/2017	MÉRCORES 18/01/2017	XOVES 19/01/2017	VENRES 20/01/2017	VAL.NUTR.SEMANAL	
SOPA DE AVE	GARAVANZOS CON CHOURIZO	CREMA DE VERDURAS	CALDO GALEGO	EMPANADA	ENERXÍA (Kcal)	837,27
SAN XACOBO	ATÚN GUISADO CON FIDEOS	TORTILLA DE CABACIÑA	ALBÓNDEGAS EN SALSAS	PAELLA DE AVE E VERDURAS	Prot. (g)	28,33
ENSALADA		TOMATE	PATACA, CENORIA E CHÍCHAROS		Lip. (g)	31,42
FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA	HdeC (g)	110,83
<i>Almorzo e cea</i>						
LEITE, ZUME E CEREAIS	LEITE CON BOLERIA E FROITA	LEITE, GALLETAS E FROITA	CACAO, ZUME E TOSTADAS	LEITE CON CEREAIS		
REVOLTO DE ESPINACAS LÁCTEO	ESCALOPE DE AVE FROITA	PEIXE DO DIA LÁCTEO	ENSALADA CON ATÚN FROITA	TORTILLA DE QUEIXO LÁCTEO		
LUNS 23/01/2017	MARTES 24/01/2017	MÉRCORES 25/01/2017	XOVES 26/01/2017	VENRES 27/01/2017	VAL.NUTR.SEMANAL	
MACARRONS CON TOMATE	ENSALADA DE OVO DURO	FABAS VEXETAIS	CREMA DE PORROS	SOPA DE VERDURAS	ENERXÍA (Kcal)	719,75
XARDA Ó FORNO	FILETE RUSO EN SALSAS	BACALLAO EMPANADO	GUIZO DE TENREIRA CON MACARRONS E CHAMPIÑONS	POLO Ó ALLO	Prot. (g)	27,45
PISTO DE VERDURAS	ARROZ	ENSALADA		PURÉ DE CENORIA	Lip. (g)	26,50
IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	HdeC (g)	92,07
<i>Almorzo e cea</i>						
LEITE, PAN E MANTEIGA	LEITE, CEREAIS E FROITA	CACAO, ZUME E PAN C/ACEITE	GALLETAS, IOGUR E FROITA	LEITE, GALLETAS E MARMELADA		
COSTELETA FROITA	RAPANTES LÁCTEO	PAVO A PRANCHA FROITA	XUDIAS CON CHOURIZO LÁCTEO	FILETE LÁCTEO		
LUNS 30/01/2017	MARTES 31/01/2017				VAL.NUTR.SEMANAL	
CROQUETAS CON ENSALADA	CREMA DE CENORIA				ENERXÍA (Kcal)	972,96
GUIZO DE PESCADA	TAQUIÑO DE POLO CON MACARRONS				Prot. (g)	26,87
PATACAS					Lip. (g)	51,72
IOGUR	FROITA				HdeC (g)	100,74
<i>Almorzo e cea</i>						
LEITE CON BISCOITO E FROITA	LEITE, PAN E MANTEIGA					
ARROZ TRES DELICIAS FROITA	LURAS A ROMANA LÁCTEO					