



LUNS 27/11/2017	MARTES 28/11/2017	MÉRCORES 29/11/2017	XOVES 30/11/2017	VENRES 01/12/2017	VAL.NUTR.SEMANAL	
				SOPA DE VERDURAS	ENERXIA (Kcal)	482,75
				TENREIRA GUISADA CON CHAMPIÑONS E ESPAGUETTI	Prot. (g)	16,19
					Lip. (g)	16,63
				FROITA	HdeC (g)	58,00
Almorzo e cea recomendado.				GALLETAS, IOGUR E FROITA TORTILLA DE QUEIXO LÁCTEO		
LUNS 04/12/2017	MARTES 05/12/2017	MÉRCORES 06/12/2017	XOVES 07/12/2017	VENRES 08/12/2017	VAL.NUTR.SEMANAL	
GARAVANZOS ESTUFADOS	CREMA DE CENORIA				ENERXIA (Kcal)	739,23
PESCADA EN SALSAS VERDE	PEITUGA DE AVE CON MACARRONS	FESTIVO	NON LECTIVO	FESTIVO	Prot. (g)	24,62
ENSALADA					Lip. (g)	22,73
IOGUR	FROITA				HdeC (g)	98,90
Almorzo e cea recomendado.						
FROITA	LEITE CON BISCOITO E ZUME LURAS Á PLANCHALÁCTEO					
LUNS 11/12/2017	MARTES 12/12/2017	MÉRCORES 13/12/2017	XOVES 14/12/2017	VENRES 15/12/2017	VAL.NUTR.SEMANAL	
SOPA MINSTRONE CON FIDEOS	LENTELLAS CON CHOURIZO	SOPA DO DÍA	ESPIRAIS GRATINADOS	CREMA DE CABACIÑA	ENERXIA (Kcal)	785,99
ALBÓNDEGAS	PERCA Ó FORNO	POLO ASADO	MARUCA EN SALSAS	ESTUFADO DE PAVO CON ARROZ E VERDURIÑAS	Prot. (g)	30,22
ARROZ	COLIFLOR REFOGADA	PATACA E MINSTRA	ENSALADA		Lip. (g)	26,74
FROITA	IOGUR ECOLÓXICO	FROITA	IOGUR	FROITA	HdeC (g)	110,29
Almorzo e cea recomendado.						
LEITE, GALLETAS E MARMELADA PESCADA COCIDA LÁCTEO	LEITE CON BISCOITO E FROITA PEITUGA DE PAVO FROITA	CACAO, ZUME E TOSTADAS PEIXE DO DÍA LÁCTEO	LEITE, PAN E MERMELADA FILETE Á PRANCHAFROITA	LEITE CON CEREAIS E FROITA PESCADA COCIDA LÁCTEO		
LUNS 18/12/2017	MARTES 19/12/2017	MÉRCORES 20/12/2017	XOVES 21/12/2017	VENRES 22/12/2017	VAL.NUTR.SEMANAL	
XUDÍAS VERDES CON CHOURIZO	CALDO VEXETAL	TORTILLA DE PATACA			ENERXIA (Kcal)	738,97
ATÚN GUISADO CON FIDEOS	LOMBO ASADO	FILETE DE PESCADA Ó FORNO	SOPA DO NADAL POLO Ó CHILINDRÓN		Prot. (g)	28,38
	PATACA PANADEIRA	LEITUGA E TOMATE	ARROZ CON PASAS		Lip. (g)	24,57
IOGUR	FROITA	FLAN DE OVO	COPA DE CHOCOLATE		HdeC (g)	100,51
Almorzo e cea recomendado.						
LEITE CON GALLETAS E FROITA SANDWICH COMPLETO FROITA	LEITE CON CEREAIS E FROITA TORTILLA DE GAMBAS LÁCTEO	LEITE, ZUME E CEREAIS SANDWICH COMPLETO LÁCTEO	CACAO, ZUME E TOSTADAS MINSTRA SALTEADA FROITA			