


LUNS 30/10/2017	MARTES 31/10/2017	MÉRCORES 01/11/2017	XOVES 02/11/2017	VENRES 03/11/2017	VALOR NUTRIÓNICO	
		FESTIVO	LENTELLAS CON VERDURAS PESCADA CON ALLO E PEREXIL PATACA Ó VAPOR IOGUR	SOPA DO DÍA LONBO ADUBADO CHÍCHAROS SALTEADOS FROITA	ENERXÍA (KJ)	103,48
					PROT. (g)	22,88
					LIPO. (g)	28,28
					HIDR. (g)	111,48
Alimento e uso recomendados:			CACAO, FEA CON AZÚC PESCADA DE PAVO FROITA	LEITE CON CEMAS E FROITA TORTILLA DE QUEIRO LACTEO		
LUNS 06/11/2017	MARTES 07/11/2017	MÉRCORES 08/11/2017	XOVES 09/11/2017	VENRES 10/11/2017	VALOR NUTRIÓNICO	
CREMA DE CABACIÑA TORTILLA DE PATACA TOMATE IOGUR	GARAVANZO CON CHOURZO FILETE DE PESCADA Ó FORNO XUDIAS REFOGADAS FROITA	CALDO GALEGO POLO Ó CHILINDRÓN ARROZ Ó FORNO IOGUR	MACARRÓN CON TOMATE BACALLAO EMPANADO LEITUGA, MILLO E ESPÁRRAGOS FROITA	CREMA DE CABAZA ALBÓNDEGAS EN SALSA XARDINEIRA FROITA	ENERXÍA (KJ)	848,82
					PROT. (g)	36,48
					LIPO. (g)	31,82
					HIDR. (g)	128,38
Alimento e uso recomendados: LEITE, DUMPS E CEMAS PATATE E FRONCHA FROITA			CACAO, DUMPS E TORTILLAS MINUTO DE PESCADA FROITA	LEITE CON BICOTTE E FROITA FILETE DE TENREIRA LACTEO		
LEITE, DUMPS E CEMAS SARDINHA COMPLETO LACTEO			CACAO, GALLETAS E MARMELADA PESCADA COCCIDA LACTEO			
LUNS 13/11/2017	MARTES 14/11/2017	MÉRCORES 15/11/2017	XOVES 16/11/2017	VENRES 17/11/2017	VALOR NUTRIÓNICO	
LENTELLAS Á CASEIRA SALMÓN EN SALSA LEITUGA, MILLO E OLIVAS FROITA	CREMA DE ESPINACAS XAMONÑONS DE POLO Ó FORNO ARROZ CON VERDURAS IOGUR	TALLARINS CON CHAMPIÑONS FILETE DE PESCADA Á ROMANA LEITUGA, ESPÁRRAGOS E ESPINACAS FROITA	CREMA DE BRÓCOLI E CENORIA LONBO Ó FORNO CHÍCHAROS SALTEADOS IOGUR	SOPA VEJETAL CON FIDEOS ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS FROITA	ENERXÍA (KJ)	807,22
					PROT. (g)	38,24
					LIPO. (g)	27,48
					HIDR. (g)	112,88
Alimento e uso recomendados: LEITE CON BICOTTE E FROITA CORREITA E FRONCHA LACTEO			GALLETAS, QUESO E FROITA CORREDORES CON SARDIÑA LACTEO	LEITE CON TORTILLAS E FROITA ARROZ E CENORIA FROITA		
LEITE, DUMPS E CEMAS SARDINHA VEJETAL LACTEO						
 día mundial de la diabetes						
LUNS 20/11/2017	MARTES 21/11/2017	MÉRCORES 22/11/2017	XOVES 23/11/2017	VENRES 24/11/2017	VALOR NUTRIÓNICO	
SOPA DE CABELLIN GUSO DE CARNE CON PATACAS E MINESTRA FROITA	FABADA MARUCA Ó FORNO BRÓCOLI E CENORIA BABY NATILLAS	SOPA DE COCIDO COCIDO FROITA	CREMA DE CENORIA TORTILLA DE CABACIÑA TOMATE IOGUR	ESPIRAIS GRATINADOS RABAS EMPANADAS LEITUGA, MILLO E ESPÁRRAGOS FROITA	ENERXÍA (KJ)	888,27
					PROT. (g)	38,88
					LIPO. (g)	28,31
					HIDR. (g)	118,34
Alimento e uso recomendados: LEITE CON GALLETAS E FROITA PATE E FRO LACTEO			CACAO, FEA CON AZÚC PESCADA COCCIDA LACTEO	LEITE CON BICOTTE E FROITA SARDIÑA E FRONCHA FROITA		
LEITE, FEA E MARMELADA SARDIÑA FROITA						
LUNS 27/11/2017	MARTES 28/11/2017	MÉRCORES 29/11/2017	XOVES 30/11/2017	VENRES 01/12/2017	VALOR NUTRIÓNICO	
CALDO VEJETAL FILETE RUSO EN SALSA PURÉ DE PATACA FROITA	CREMA DE CABAZA POLO Ó ALLO ARROZ IOGUR	LENTELLAS CON VERDURAS FILETE DE PESCADA Ó FORNO PATACA Ó VAPOR FROITA	SOPA DE VERDURAS GUSO DE TENREIRA CON MACARRÓN E CHAMPIÑONS IOGUR		ENERXÍA (KJ)	788,71
					PROT. (g)	28,48
					LIPO. (g)	28,33
					HIDR. (g)	118,14
Alimento e uso recomendados: LEITE CON TORTILLAS E FROITA PESCADA COCCIDA LACTEO			LEITE CON BICOTTE E DUMPS SARDIÑA E FRONCHA FROITA	LEITE CON CEMAS E FROITA FILETE DE TENREIRA LACTEO		
LEITE, DUMPS E CEMAS SARDIÑA COMPLETO LACTEO			GALLETAS, IOGUR E FROITA TORTILLA DE QUEIRO FROITA			