

LUNS 08/01/2018	MARTES 09/01/2018	MÉRCORES 10/01/2018	XOVES 11/01/2018	VENRES 12/01/2018	VAL.NUTR.SEMANAL	
LENTELLAS CON CHOURIZO	CALDO DE REPOLO, PATACA, CENORIA, ESPINACA E PORROS CON FABAS	MACARRONS CON CHAMPIÑONS	CREMA DE CHÍCHAROS	SOPA DE CABELLIN	ENERXIA (Kcal)	778,82
PALOMETA EN SALSA VERDE	ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS	PESCADA Á MARIÑEIRA	XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO	LOMBO	Prot.(g)	29,18
BRÓCOLI		LEITUGA, MILLO E OLIVAS	ARROZ CON VERDURAS	XUDIAS SALTEADAS	Lip.(g)	27,51
FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR	PIÑA NO SEU ZUME	HdeC (g)	105,78
<i>Almorzo e cea</i> LEITE, ZUME E CEREAIS FILETE A PRANCHA LÁCTEO	LEITE, ZUME E CEREAIS PESCADA COCIDA FROITA	CACAO, ZUME E TOSTADAS SANDWICH COMPLETO LÁCTEO	LEITE CON BISCOITO E FROITA LURAS A PRANCHA FROITA	LEITE, GALLETAS E MARMELADA REVOLTO DE ESPINACAS LÁCTEO		
LUNS 15/01/2018	MARTES 16/01/2018	MÉRCORES 17/01/2018	XOVES 18/01/2018	VENRES 19/01/2018	VAL.NUTR.SEMANAL	
GARAVANZOS CON ACELGAS	ESPAGUETTI CON TOMATE	SOPA DE PIÑONS	CALDO GALEGO	CREMA DE CABACIÑA	ENERXIA (Kcal)	744,78
TORTILLA DE PATACA	PESCADA A ROMANA	ALBÓNDEGAS EN SALSA	PAELLA DE AVE E VERDURAS	ATÚN GUISADO CON FIDEOS	Prot.(g)	29,26
TOMATE	LEITUGA, MILLO E ESPINACAS	PATACA, CENORIA E CHÍCHAROS			Lip.(g)	27,78
IOGUR	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	HdeC (g)	107,31
<i>Almorzo e cea</i> LEITE CON BOLERÍA E FROITA ESCALOPE DE AVE FROITA	CACAO, ZUME, PAN C/ACEITE FILETE DE TENREIRA LÁCTEO	GALLETAS, IOGUR E FROITA LURAS A PRANCHA LÁCTEO	LEITE CON TOSTADAS E FROITA ENSALADA CON FROITOS FROITA	LEITE, ZUME E CEREAIS COSTELETA LÁCTEO		
LUNS 22/01/2018	MARTES 23/01/2018	MÉRCORES 24/01/2018	XOVES 25/01/2018	VENRES 26/01/2018	VAL.NUTR.SEMANAL	
ENSALADA DE OVO DURO	CREMA DE PORROS	GARAVANZOS ESTUFADOS	SOPA DE PICADILLO CON OVO	FABAS CON CABAZA	ENERXIA (Kcal)	828,93
FILETE RUSO EN SALSA	GUIZO DE TENREIRA CON MACARRONS E CHAMPIÑONS	MARUCA O FORNO	POLO Ó ALLO	BACALLAO EMPANADO	Prot.(g)	31,48
ARROZ		COLIFLOR CON ALLADA	PURÉ DE PATACA E CENORIA	LEITUGA, ESPARRAGOS E CENORIA	Lip.(g)	27,83
FLAN	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	HdeC (g)	113,59
<i>Almorzo e cea</i> LEITE CON GALLETAS E FROITA RAPANTE FROITA	CACAO, PAN CON ACEITE TORTILLA DE QUEIXO FROITA	LEITE, PAN E MARMELADA PAVO A PRANCHA LÁCTEO	LEITE CON BISCOITO E FROITA PESCADA DO DIA LÁCTEO	LEITE CON CEREAIS E FROITA LOMBO LÁCTEO		
LUNS 29/01/2018	MARTES 30/01/2018	MÉRCORES 31/01/2018			VAL.NUTR.SEMANAL	
CREMA DE CENORIA	LENTELLAS ESTUFADAS CON ARROZ	SOPA DE VERDURAS			ENERXIA (Kcal)	831,82
TAQUIÑO DE POLO CON MACARRONS	PESCADA Ó FORNO	TORTILLA DE CABACIÑA			Prot.(g)	31,14
	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO	TOMATE			Lip.(g)	26,29
IOGUR	FROITA	FROITA			HdeC (g)	117,01
<i>Almorzo e cea</i> LEITE CON TOSTADAS E FROITA PEIXE DO DIA FROITA	LEITE CON BISCOITO E ZUME SANDWICH COMPLETO LÁCTEO	LEITE, ZUME E CEREAIS LURAS LÁCTEO				