

MARZO

PAPAVENTOS

LUNS 02/03/2020	MARTES 03/03/2020	MÉRCORES 04/03/2020	XOVES 05/03/2020	VENRES 06/03/2020	VALOR NUTRICIONAL SEMANAL	
CHÍCHAROS CON XAMÓN	CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ	TALLARÍNS CON CHAMPIÑÓNS	CREMA DE PORROS	LENTELLAS Á CASEIRA	ENERXÍA (Kcal)	737,82
PEIXE PAU EN SALSA DE CABAZA	POLO Ó ALLO	SALMÓN Ó FORNO	TORTILLA DE PATACA	PESCADA Á ROMANA	Prot. (g)	29,83
PATACA Ó VAPOR	LEITUGA, MILLO E ESPÁRRAGOS	PISTO DE VERDURAS (con patacas)	TOMATE NATURAL	LEITUGA, MILLO E OLIVAS	Lip. (g)	26,22
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	IOGUR	HdcC (g)	99,40
LEITE CON CACAO, TORRADAS INTEGRAIS CON MANTEIGA E MARMELADA E MANDARINA COSTELETA DE PORCO LÁCTEO	LEITE CON CACAO, PAN E KIWI PEIXE DO DÍA FROITA	LEITE CON CACAO, PAN CON QUEIXO E MAZÁ BERENXENAS RECHEAS DE VERDURAS LÁCTEO	LEITE CON CACAO, CEREAIS E MACEDONIA DE FROITAS BACALLAU Ó FORNO LÁCTEO	LEITE CON CACAO, PAN CON ACEITE E TOMATE E LARANXA TENREIRA Á PRANCHA FROITA		
LUNS 09/03/2020	MARTES 10/03/2020	MÉRCORES 11/03/2020	XOVES 12/03/2020	VENRES 13/03/2020	VALOR	
CALDO GALEGO	SOPA DE AVE	CREMA DE CABACIÑA	ESPIRAIS Á NAPOLITANA	GARAVANZOS ESTUFADOS	ENERXÍA (Kcal)	656,08
ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE	BACALLAU EN SALSA	PAELLA DE CARNE E VERDURAS	POLO ASADO	GUIZO DE POTA CON PATACAS	Prot. (g)	26,40
ARROZ BRANCO	BRÓCOLI (con pataca)		LEITUGA, CENORIAS E OLIVAS		Lip. (g)	20,32
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	HdcC (g)	87,70
LEITE CON CACAO, CEREAIS CHOCOLATADOS E PLÁTANO RAPANTE Á PRANCHA FROITA	LEITE CON CACAO, TORRADAS DE MANTEIGA E MARMELADA E MAZÁ PEITUGA DE PAVO LÁCTEO	LEITE CON CACAO, PAN E PERA PEIXE DO DÍA LÁCTEO	LEITE CON CACAO, TORRADAS INTEGRAIS CON MANTEIGA E ZUME DE LARANXA PEMENTOS RECHEOS LÁCTEO	LEITE CON CACAO, PAN CON ACEITE DE OLIVA E MACEDONIA DE FROITAS TENREIRA Á PRANCHA FROITA		
LUNS 16/03/2020	MARTES 17/03/2020	MÉRCORES 18/03/2020	XOVES 19/03/2020	VENRES 20/03/2020	VALOR	
SOPA DE CABELIÑO	CREMA DE BRÓCOLI E CENORIA	EMPANADA DE IORK			ENERXÍA (Kcal)	620,35
TENREIRA, REPOLO, GARAVANZO, CHOURIZO E PATACA	TORTILLA DE CABACIÑA	PESCADA Á GALEGA	FESTIVO	NON LECTIVO	Prot. (g)	25,28
FROITA	LEITUGA E MILLO	COLIFLOR CON ALLADA			Lip. (g)	19,86
FROITA	IOGUR	FROITA			HdcC (g)	87,30
LEITE CON CACAO, TORRADAS INTEGRAIS CON MANTEIGA E MARMELADA E PERA REVOLTO DE GAMBAS E ESPÁRRAGOS LÁCTEO	LEITE CON CACAO, CEREAIS E ZUME DE LARANXA E POMELO ABADEDO Ó FORNO FROITA	LEITE CON CACAO, PAN CON XAMÓN COCIDO E MACEDONIA DE FROITAS PEITUGA DE PAVO ASADA LÁCTEO				
LUNS 23/03/2020	MARTES 24/03/2020	MÉRCORES 25/03/2020	XOVES 26/03/2020	VENRES 27/03/2020	VALOR	
SOPA DE VERDURAS	CALDO GALEGO	CREMA DE CENORIA	FABAS CON CHOURIZO	XUDIAS CON SALSA DE TOMATE	ENERXÍA (Kcal)	752,84
MILANESA	ATÚN GUISADO CON ESPAGUETES	POLO ASADO	PESCADA EN SALSA VERDE DE CHÍCHAROS	ESTUFADO DE PAVO CON FIDEOS	Prot. (g)	32,49
ARROZ		PATACA PANADEIRA	BRÓCOLI REFOGADO		Lip. (g)	25,62
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR	HdcC (g)	101,11
LEITE CON CACAO, CEREAIS CHOCOLATADOS CON COPOS DE AVEA E LARANXA PEIXE DO DÍA LÁCTEO	LEITE CON CACAO, TORRADAS CON QUEIXO FRESCO E PERA TENREIRA Á PRANCHA LÁCTEO	LEITE CON CACAO, PAN CON ACEITE E TOMATE E MANDARINA CABACIÑA RECHEA DE VERDURAS FROITA	LEITE CON CACAO, CEREAIS E MAZÁ COSTELETA Á PRANCHA LÁCTEO	LEITE CON CACAO, PAN E MACEDONIA DE FROITAS RAPANTE FRITO FROITA		
LUNS 30/03/2020	MARTES 31/03/2020	MÉRCORES	XOVES	VENRES	VALOR	
SOPA DE FIDEOS	CREMA DE VEXETAL				ENERXÍA (Kcal)	639,39
XURELO Á GALEGA	GUIZO DE CARNE CON FIDEOS				Prot. (g)	27,91
PATACAS E CHÍCHAROS Á GALEGA					Lip. (g)	22,94
FROITA	IOGUR				HdcC (g)	86,91
LEITE CON CACAO, TORRADAS INTEGRAIS CON MANTEIGA E PLÁTANO PEITUGA DE POLO LÁCTEO	LEITE CON CACAO, CEREAIS E ZUME DE LARANXA BACALLAU Ó VAPOR FROITA					