

ESCOLA INFANTIL

Maio 2026

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
27	28	29	30	01
				FESTIVO
04	05	06	07	08
Crema de cabaza Fideua de peixe Froita	Pasta integral con tomate Polo as finas herbas Brocoli salteado Froita	Fabas estufadas Puchero de tenreira Froita	Caldo vexetal Abadexo en salsa de cabaciña Patacas o vapor logur natural	Crema de coliflor e mazá Tortilla de pataca Leituga e remolacha Froita
11	12	13	14	15
Sopa de piñons Xurelo con allada Pataca cocida Froita	Minestra con allada Estufado de porco con arroz logur natural	Crema campeira Tortilla de cabaciña Tomate natural Froita	Garavanzos con acelgas, espinacas e cabaza Pescada a mariñeira Pataca cocida Froita	Lentellas con verduras Taquiños de pavo salteados con chícharos e cenorias Froita
18	19	20	21	22
Crema de cabaciña Tortilla de pataca Leituga e millo Froita	Fabas estufadas Lombo asado Pataca cocida Froita	Macarrons con allo e perehil Pescada a galega Coliflor o vapor Froita	Potaxe de garavanzos con espinacas Polo o allo Leituga e cenoria Froita	Caldo de verduras Atún guisado con fideos logur natural
25	26	27	28	29
Potaxe de lentellas Salmón o forno Repolo refogado Froita	Crema de verduras Tortilla de cabaciña Tomate natural Froita	Arroz tres delicias Estufado de porco con xudias logur natural	Minestra salteada con xamón iork Pescada o forno Macarrons salteados Froita	Crema de cabaza Xamonciños de polo asados Pataca panadeira Froita

A ruta saudable

O noso viaxe de aprendizaxe diario cara a unha vida máis saudable, inclusiva e sostible

01 Saude

¡Comer ben hoxe, crecer forte mañá! Aprendemos hábitos saudables para toda a vida

03 Sostenibilidade

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar e coidar o planeta con cada bocado.

02 Convivencia

Na mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respectar e celebrar a diversidade

04 Xogo

¡Aprender xogando e ó mais divertido! O almorzo e o noso momento para rir e descubrir xuntos/as

RECOMENDADOR DE CEAS

PRIMEROS PRATOS

Se no cole o primeiro prato foi...



Verdura



Para cear pode ser...



Pasta/Arroz



Pasta/Arroz



Verdura



Legumes



Verdura



Pasta/Arroz

SEGUNDOS PRATOS

Si no cole o segundo prato foi...



Ovo



Para cear pode ser...



carne



Peixe



Peixe



Ovo



carne



Legumes



Verdura



Ovo



carne



Ovo



Peixe



Froita



lácteo