

TIRSO DE MOLINA

LUNS 30/01/2017	MARTES 31/01/2017	MÉRCORES 01/02/2017	XOVES 02/02/2017	VENRES 03/02/2017	VAL. NUTR. SEMANAL	
		LENTELLAS A CASEIRA	SOPA MINISTRONE CON FIDEOS	FABAS CON CABAZA	ENERXÍA (Kcal)	706,86
		MILANESA	TENREIRA ESTUFADA CON VERDURAS E PATACAS	PESCADA EN SALSA VERDE	Prot. (g)	32,38
		ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO		PATACA DADO	Lip. (g)	22,12
		FLAN	FROITA	FROITA	HdeC (g)	95,07
Almorzo e cea recomendada.		LEITE CON GALLETAS E FROITA SANDWICH COMPLETO FROITA	LEITE CON CEREAIS PESCADA COCIDA LÁCTEO	LEITE CON BISCOITO E FROITA TORTILLA DE QUEIXO LÁCTEO		
LUNS 06/02/2017	MARTES 07/02/2017	MÉRCORES 08/02/2017	XOVES 09/02/2017	VENRES 10/02/2017	VAL. NUTR. SEMANAL	
XUDÍAS VERDES CON CHOURIZO	POTAXE DE GARAVANZOS	CREMA DE CABACIÑA	ESPIRAIS GRATINADOS	CALDO GALEGO	ENERXÍA (Kcal)	761,41
ALBÓNDEGAS EN SALSA	RABAS EMPANADAS	ESTUFADO DE PAVO CON VERDURAS E PATACAS	SALMÓN EN SALSA	POLO ASADO	Prot. (g)	32,35
ARROZ	ENSALADA		CHÍCHAROS SALTEADOS	ARROZ PILAF	Lip. (g)	22,59
FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR CHOCOLATE	FROITA	HdeC (g)	107,82
Almorzo e cea recomendada. CACAO, ZUME E TOSTADAS RAPANTE A PRANCHA LÁCTEO		LEITE CON TOSTADAS E FROITA FILETE DE TENREIRA FROITA	LEITE, ZUME E CEREAIS PESCADA Á PRANCHA LÁCTEO	CACAO PAN C/ACEITE PEIXE DO DÍA LÁCTEO		
LUNS 13/02/2017	MARTES 14/02/2017	MÉRCORES 15/02/2017	XOVES 16/02/2017	VENRES 17/02/2017	VAL. NUTR. SEMANAL	
SOPA DO DÍA	CREMA DE CABAZA	LENTELLAS VEXETAIS	XUDÍAS Á CASEIRA	FABAS ESTOUFADAS	ENERXÍA (Kcal)	673,06
LOMBO Ó FORNO	TORTILLA DE PATACA	FILETE DE PESCADA Ó FORNO	TENREIRA GUISADA CON FIDEOS	BACALLAO EMPANADO	Prot. (g)	27,84
ENSALADA	TOMATE	PATACAS E MINESTRA		ENSALADA	Lip. (g)	25,64
IOGUR	FROITA	NATILLAS	FROITA	FROITA	HdeC (g)	83,14
Almorzo e cea recomendada. LEITE, CEREAIS E FROITA SANDWICH VEXETAL FROITA		LEITE, GALLETAS E FROITA LOMBO Á PRANCHA FROITA	CACAO, ZUME, PAN C/ACEITE PEIXE FRITO LÁCTEO	LEITE CON BISCOITO E FROITA FILETE LÁCTEO		
LUNS 20/02/2017	MARTES 21/02/2017	MÉRCORES 22/02/2017	XOVES 23/02/2017	VENRES 24/02/2017	VAL. NUTR. SEMANAL	
SOPA HORTELANA	LENTELLAS CON CHOURIZO	CALDO VEXETAL	TALLARINS CON CHAMPIÑÓNS	MENÚ ENTROIDO	ENERXÍA (Kcal)	721,25
POLO Ó CHILINDRÓN	SALMÓN Ó FORNO	GUIZO DE CARNE CON VERDURAS E PATACAS	PESCADA Á MARIÑEIRA		Prot. (g)	27,07
ARROZ Ó FORNO	PISTO DE VERDURAS		ENSALADA		Lip. (g)	27,52
FROITA	IOGUR	FROITA	FLAN		HdeC (g)	92,00
Almorzo e cea recomendada. LEITE, GALLETAS E MARMELADA REVOLTO DE ESPINACAS LÁCTEO		LEITE CON CEREAIS E FROITA ESCALOPE FROITA	LEITE, PAN E MANTEIGA PEIXE DO DÍA LÁCTEO	GALLETAS, IOGUR E FROITA XUDIAS CON CHOURIZO FROITA		
LUNS 27/02/2017	MARTES 28/02/2017	MÉRCORES 01/03/2017	XOVES 02/03/2017	VENRES 03/03/2017	VAL. NUTR. SEMANAL	
NON LECTIVO	NON LECTIVO				ENERXÍA (Kcal)	
					Prot. (g)	
					Lip. (g)	
					HdeC (g)	
Almorzo e cea recomendada.						