

TIRSO DE MOLINA

LUNS 11/09/2017	MARTES 12/09/2017	MÉRCORES 13/09/2017	XOVES 14/09/2017	VENRES 15/09/2017	VAL.NUTR.SEMANAL	
	CREMA DE CENORIA	LENTELLAS Á CASEIRA	SOPA DO DÍA	ESPIRAIS GRATINADOS	ENERXÍA (Kcal)	741,90
	TORTILLA DE PATACA	RABAS EMPANADAS	XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO	FILETE DE PESCADA Ó FORNO	Prot. (g)	28,50
	TOMATE	LEITUGA, MILLO E ESPARRAGOS	CHÍCHAROS E CENORIA	BRÓCOLI REFOGADO	Lip. (g)	25,46
	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	HdeC (g)	98,88
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>	LEITE CON CEREAIS E FROITA RAPANTE Á PRANCHA LÁCTEO	LEITE, PAN E MERMELADA FILETE DE TENREIRA LÁCTEO	CACAO, ZUME E TOSTADAS MACARRÓNS CON ATÚN FROITA	LEITE CON BISCOITO E FROITA SANDWICH COMPLETO LÁCTEO		
LUNS 18/09/2017	MARTES 19/09/2017	MÉRCORES 20/09/2017	XOVES 21/09/2017	VENRES 22/09/2017	VAL.NUTR.SEMANAL	
ENSALADA COMPLETA	XUDÍAS VERDES CON CHOURIZO	SOPA VEXETAL	MACARRÓNS CON TOMATE	CREMA DE CABAZA	ENERXÍA (Kcal)	650,20
LOMBO ADUBADO	ARROZ MAR E TERRA	FILETE RUSO EN SALSA	FILETE DE PESCADA Ó LIMÓN	TENREIRA ESTUFADA CON PATACAS E MINESTRA	Prot. (g)	23,29
ARROZ		PURÉ	LEITUGA, CENORIA E MILLO		Lip. (g)	20,49
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	IOGUR	HdeC (g)	96,19
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>	CACAO, ZUME, PAN C/ACEITE ENSALADA VARIADA FROITA	LEITE CON BOLERÍA E FROITA ARROZ 3 DELICIAS LÁCTEO	LEITE CON CEREAIS LOMBO Á PRANCHA LÁCTEO	LEITE CON TOSTADAS E FROITA LURAS Á PRANCHA FROITA		
LUNS 25/09/2017	MARTES 26/09/2017	MÉRCORES 27/09/2017	XOVES 28/09/2017	VENRES 29/09/2017	VAL.NUTR.SEMANAL	
ENSALADILLA CON ATÚN	CREMA VEXETAL	ENSALADA DE OVO DURO	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS	ENERXÍA (Kcal)	692,79
POLO Ó CHILINDRÓN	ALBÓNDEGAS	ATÚN GUISADO CON FIDEOS	ESTUFADO DE PAVO CON ARROZ	TORTILLA DE CABACIÑA	Prot. (g)	26,45
ARROZ PILAF	XARDIÑEIRA			TOMATE	Lip. (g)	22,73
IOGUR	FROITA	FLAN	FROITA	FROITA	HdeC (g)	98,86
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>	LEITE, GALLETAS E MARMELADA REVOLTO DE ESPINACAS FROITA	LEITE CON GALLETAS E FROITA XUDÍAS CON XAMÓN FROITA	LEITE CON CEREAIS E FROITA PEIXE DO DÍA IOGUR	GALLETAS, IOGUR E FROITA RAPANTE Á PRANCHA IOGUR		