

FEBREIRO

FOANPAS

LUNS 29/01/2018	MARTES 30/01/2018	MÉRCORES 31/01/2018	XOVES 01/02/2018	VENRES 02/02/2018	VAL.NUTR.SEMANAL	
			FABAS CON CHOURIZO MARUCA Á GALEGA COLIFLOR IOGUR	CREMA DE PORROS ALBÓNDEGAS EN SALSA DE TOMATE ARROZ FROITA	ENERXIA (Kcal)	780,00
Almorzo e cea recomendado.			LEITE CON BISCOITO E FROITA TORTILLA DE QUEIXO FROITA	CACAO, ZUME E TOSTADAS PESCADA COCIDA LÁCTEO	Prot.(g)	29,40
					Lip.(g)	26,70
					HdeC(g)	106,00
LUNS 05/02/2018	MARTES 06/02/2018	MÉRCORES 07/02/2018	XOVES 08/02/2018	VENRES 09/02/2018	VAL.NUTR.SEMANAL	
GARAVANZOS ESTUFADOS RABAS EMPANADAS LEITUGA, MILLO E ESPÁRRAGOS FROITA	CALDO DE REPOLO, PATACA, CENORIA, PORROS E FABAS XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO ARROZ IOGUR	ENSALADA CON OVO DURO E ESPINACAS PESCADA EN SALSA VERDE PATACA FROITA	CREMA DE CABACIÑA ESTUFADO DE PAVO CON MACARRONS E VERDURAS IOGUR	SOPA DE COCIDO COCIDO FLORES DE ENTROIDO	ENERXIA (Kcal)	748,00
Almorzo e cea recomendado.	LEITE, ZUME E CEREAIS RAPANTE A PRANCHA FROITA	GALLETAS, IOGUR E FROITA LOMBO A PRANCHA LÁCTEO	CACAO, PAN CON ACEITE PEIXE DO DIA FROITA	LEITE, CEREAIS E FROITA SÁNDWICH VEJETAL FROITA	Prot.(g)	28,10
LEITE CON TOSTADAS E FROITA FILETE DE TENREIRA LÁCTEO					Lip.(g)	25,40
					HdeC(g)	99,40
LUNS 12/02/2018	MARTES 13/02/2018	MÉRCORES 14/02/2018	XOVES 15/02/2018	VENRES 16/02/2018	VAL.NUTR.SEMANAL	
			LENTELLAS Á CASEIRA TORTILLA DE ESPINACAS TOMATE FROITA	 XORNADA RUSA	ENERXIA (Kcal)	693,00
Almorzo e cea recomendado.			LEITE CON BISCOITO E FROITA MARUCA A PRANCHA LÁCTEO		Prot.(g)	26,00
					Lip.(g)	25,50
					HdeC(g)	93,50
LUNS 19/02/2018	MARTES 20/02/2018	MÉRCORES 21/02/2018	XOVES 22/02/2018	VENRES 23/02/2018	VAL.NUTR.SEMANAL	
TALLARINS CON CHAMPINONS PESCADA Á ROMANA BRÓCOLI SALTEADO FROITA	CREMA DE CABAZA POLO Ó CHILINDRÓN ARROZ BRANCO IOGUR	GARAVANZOS CON ACELGAS PALOMETA CON ALLO E PEREXIL LEITUGA, CENORIA E ESPÁRRAGOS FROITA	CALDO GALEGO TAQUIÑO DE PAVO CON MACARRONS, BERENXENA E CABACIÑA IOGUR	SOPA DO DIA FILETE RUSO PURÉ DE PATACA E CENORIA FROITA	ENERXIA (Kcal)	725,00
Almorzo e cea recomendado.	LEITE, PAN E MANTEIGA PESCADA COCIDA FROITA	GALLETAS, IOGUR E FROITA XUDIAS CON OVO LÁCTEO	LEITE CON TOSTADAS E FROITA LURAS A PRANCHA FROITA	LEITE, ZUME E CEREAIS REVOLTO DE ESPINACAS LÁCTEO	Prot.(g)	27,50
LEITE CON CEREAIS E FROITA PEITUGA DE PAVO LÁCTEO					Lip.(g)	24,70
					HdeC(g)	98,80
LUNS 26/02/2018	MARTES 27/02/2018	MÉRCORES 28/02/2018	XOVES 01/03/2018	VENRES 02/03/2018	VAL.NUTR.SEMANAL	
CREMA VEJETAL TORTILLA DE PATACA TOMATE IOGUR	LENTELLAS CON VERDURAS ATÚN GUIADO CON ESPAGUETTI FROITA	XUDÍAS CON CHOURIZO POLO Ó ALLO PATACAS ASADAS FROITA			ENERXIA (Kcal)	776,00
Almorzo e cea recomendado.	CACAO, ZUME PAN C/ACEITE COSTELETA A PRANCHA LÁCTEO	LEITE CON CEREAIS MARUCA Ó FORNO LÁCTEO			Prot.(g)	26,50
LEITE, BISCOITO E FROITA PESCADA FROITA					Lip.(g)	26,60
					HdeC(g)	106,00