

XUÑO

GARCÍA BARBÓN

LUNS 28/05/2018	MARTES 29/05/2018	MÉRCORES 30/05/2018	XOVES 31/05/2018	VENRES 01/06/2018	VAL.NUTR.SEMANAL
				SOPA DE AVE	ENERXIA (Kcal) 680,50
				MARUCA O VAPOR	Prot.(g) 25,60
				COLIFLOR A GALEGA	Lip.(g) 26,64
				PIÑA NO SEU ZUME	HdeC(g) 86,00
Almorzo e cea recomendado.				CACAO, ZUME,PAN C/ACEITE LURAS A PRANCHA LÁCTEO	
LUNS 04/06/2018	MARTES 05/06/2018	MÉRCORES 06/06/2018	XOVES 07/06/2018	VENRES 08/06/2018	VAL.NUTR.SEMANAL
ENSALADA CON GARAVANZOS E OVO	MACARRONS CON SALSAS AURORA	CREMA DE CHÍCHAROS	XUDÍAS VERDES CON CHOURIZO	ENSALADA PRIMAVERA CON ESPINAFRES	ENERXIA (Kcal) 684,00
MILANESA	FILETE DE PESCADA Ó FORNO	TORTILLA DE PATACA	ATÚN GUISADO	ALBÓNDEGAS A XARDIÑEIRA	Prot.(g) 25,20
ARROZ	BRECOL REFOGADO (con pataca)	LEITUGA E TOMATE	CON ESPAGUETTI	ARROZ	Lip.(g) 23,90
IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	HdeC(g) 89,60
Almorzo e cea recomendada. LEITE CON BISCOITO E ZUME LURAS A PRANCHA FROITA				LEITE, TOSTADAS E FROITA PEIXE DO DIA LÁCTEO	
LURAS A PRANCHA FROITA	LEITE CON CEREAIS E FROITA LOMBO Á PRANCHA LÁCTEO	CACAO, PAN CON ACEITE RAPANTE Á PRANCHA FROITA	LEITE CON GALLETAS E FROITA PEITUGA DE POLO Á PRANCHA LÁCTEO		
LUNS 11/06/2018	MARTES 12/06/2018	MÉRCORES 13/06/2018	XOVES 14/06/2018	VENRES 15/06/2018	VAL.NUTR.SEMANAL
ESPIRAIS GRATINADOS	CREMA DE CABACIÑA	LENTELLAS VEXETAIS	ENSALADA CON OVO COCIDO	MINESTRA CON BAICON	ENERXIA (Kcal) 718,00
FILETE DE PESCADA Á ROMANA	ESTUFADO DE PAVO CON ARROZ CON VERDURAS	SALMÓN EN SALSAS	LOMBO ASADO	POLO ASADO	Prot.(g) 27,10
LEITUGA, CENORIA, ESPARRAGO		PATACA COCIDA	ARROZ	PATACAS ASADAS	Lip.(g) 24,80
FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA	HdeC(g) 97,60
Almorzo e cea recomendada. LEITE, PAN E MERMELADA REVOLTO DE ESPINACAS LÁCTEO				LEITE, PAN E MANTEIGA REVOLTO DE CHAMPIÑÓS E GAMBAS LÁCTEO	
LEITE, PAN E MERMELADA REVOLTO DE ESPINACAS LÁCTEO	CACAO, ZUME E TOSTADAS PESCADA A PRANCHA FROITA	GALLETAS, IOGUR E FROITA TORTILLA DE QUEIXO LÁCTEO	LEITE, BISCOITO E FROITA SANDWICH VEXETAL FROITA		
LUNS 18/06/2018	MARTES 19/06/2018	MÉRCORES 20/06/2018	XOVES 21/06/2018	VENRES 22/06/2018	VAL.NUTR.SEMANAL
FABAS ESTUFADAS	ENSALADILLA	EMPANADA DE IORK E QUEIXO	MENÚ ESPECIAL		ENERXIA (Kcal) 685,00
TORTILLA DE CABACIÑA	TENREIRA GUISADA CON FIDEOS	PESCADA EN SALSAS DE MOSTAZA			Prot.(g) 24,98
LEITUGA E TOMATE		LEITUGA, CENORIA E MILLO			Lip.(g) 24,20
FROITA	FROITA	IOGUR			HdeC(g) 90,30
Almorzo e cea recomendada. LEITE, GALLETAS E FROITA FILETE DE TENREIRA LÁCTEO					
LEITE, GALLETAS E FROITA FILETE DE TENREIRA LÁCTEO	CACAO, ZUME,PAN C/ACEITE PEIXE DO DIA LÁCTEO	LEITE CON CEREAIS E FROITA ENSALADA CON FROITOS SECOS E FROITA			