



XUÑO

MENÚ ESCOLAR

LUNS 28/05/2018	MARTES 29/05/2018	MÉRCORES 30/05/2018	XOVES 31/05/2018	VENRES 01/06/2018	VAL.NUTR.SEMANAL	
				CREMA DE BROCOLI E CENORIA	ENERXIA (Kcal)	739,78
				FILETE RUSO EN SALSAS CASTELLANA	Prot.(g)	26,57
				ARROZ BRANCO	Lip.(g)	21,57
				PIÑA NO SEU ZUME	HdeC (g)	110,47
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	
SOPA DE AVE	ENSALADA CON GARAVANZOS E OVO	MACARRONS CON SALSAS AURORA	CREMA DE CHÍCHAROS	XUDÍAS VERDES CON CHOURIZO	ENERXIA (Kcal)	850,00
MARUCA O VAPOR	MILANESA	FILETE DE PESCADA Ó FORNO	TORTILLA DE PATACA	ATÚN GUISADO	Prot.(g)	31,99
COLIFLOR A GALEGA	ARROZ	BRECOL REFOGADO	LEITUGA E TOMATE	CON FIDEOS	Lip.(g)	29,22
IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	HdeC (g)	113,86
Almorzo e cea recomendado. LEITE CON BISCOITO E ZUME 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	LEITE, TOSTADAS E FROITA PEIXE DO DIA LÁCTEO	
LUNS 11/06/2018	MARTES 12/06/2018	MÉRCORES 13/06/2018	XOVES 14/06/2018	VENRES 15/06/2018	VAL.NUTR.SEMANAL	
ENSALADA PRIMAVERA CON ESPINAFRES	ESPIRAIS GRATINADOS	CREMA DE CABACIÑA	LENTELLAS CON CHOURIZO	ENSALADA CON OVO COCIDO	ENERXIA (Kcal)	776,57
ALBÓNDEGAS A XARDIÑEIRA	FILETE DE PESCADA Á ROMANA	ESTUFADO DE PAVO CON ARROZ CON VERDURAS	BACALLAO EMPANADO	LOMBO ADUBADO	Prot.(g)	27,52
ARROZ	LEITUGA, CENORIA, ESPARRAGO		PATACA COCIDA	ARROZ	Lip.(g)	28,97
FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA	HdeC (g)	102,23
Almorzo e cea recomendado. 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	LEITE, PAN E MANTEIGA REVOLTO DE CHAMPIÑOS E GAMBAS LÁCTEO	
LUNS 18/06/2018	MARTES 19/06/2018	MÉRCORES 20/06/2018	XOVES 21/06/2018	VENRES 22/06/2018	VAL.NUTR.SEMANAL	
MINISTRA CON BAICON	FABAS ESTUFADAS	EMPANADA DE IORK E QUEIXO	MENÚ ESPECIAL		ENERXIA (Kcal)	940,59
POLO ASADO	TORTILLA DE CABACIÑA	PESCADA A ROMANA			Prot.(g)	33,54
PATACAS ASADAS	LEITUGA E TOMATE	LEITUGA, CENORIA E MILLO			Lip.(g)	45,31
FROITA	FROITA	IOGUR			HdeC (g)	99,78
Almorzo e cea recomendado. 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			