

ESCOLA INFANTIL AGOSTO 2.019

	LUNS		MARTES		MÉRCORES		XOVES		VENRES					
	29-iul		30-iul	Suxerencias cea	31-iul	Suxerencias cea	01-ago	Suxerencias cea	02-ago	Suxerencias cea				
1ª Semana							ENSALADA MIXTA OU ENSALADA DE TOMATE CON QUEIXO	GAZPACHO	PIZZA MARGARITA OU PURÉ	ENSALADA VERDE				
							ALBÓNDEGAS CON PATACA	TORTILLA FRANCESA DE BONIATO E CABACÍN	PEIXE BRANCO EN SALSA VERDE CON VERDURIÑAS	PATACAS RECHEAS DE CARNE				
							FROITA	FROITA	FROITA	FROITA				
2ª Semana	05-ago	Suxerencias cea	06-ago	Suxerencias cea	07-ago	Suxerencias cea	08-ago	Suxerencias cea	09-ago	Suxerencias cea				
	CREMA VEXETAL	ENSALADA DE COENGOS CON AMORODOS E QUEIXO	ENSALADILLA CON XARDA	ESCAROLA CON UVAS E QUEIXO	ENSALADA MEDITERRÁNEA OU VERDURA AO VAPOR	QUINOA CON SALSA DE TOMATE	CHÍCHAROS CON XAMÓN	BURRITO DE VERDURAS	PASTA CON PISTO DE VERDURAS	ARROZ DE CABAZA SALTEADO				
	FILETE RUSO CON ARROZ OU PATACA	DORADA CON PATACA COCIDA	PEIXE A PRANCHA CON BRÉCOL E COGUMELOS	ARROZ CON VERDURIÑAS E POLO	ESTUFADO DE TENREIRA CON PATACA	SALMÓN CON XUDIÁS VERDES	PEIXE O FORNO CON VERDURAS	LOMBO CON KALE	POLO ASADO CON ENSALADA DE TOMATE	TORTILLA DE PATACA				
	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA				
3ª Semana	12-ago	Suxerencias cea	13-ago	Suxerencias cea	14-ago	Suxerencias cea	15-ago	Suxerencias cea	16-ago	Suxerencias cea				
	CREMA DE CABACIN	ENSALADA DE TOMATE	XUDIÁS SALTEADAS	PATACA CON PEMENTOS ASADOS	ENSALADA DE PASTA	ARROZ DE COLIFLOR					FESTIVO	ENSALADA DE TOMATE E CEBOLA	CREMA DE VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA CON MAZÁ
	PESCADA Á ROMANA CON ENSALADA DE TOMATE	LURAS Á PRANCHA CON QUINOA	PEITUGA Á PRANCHA CON ARROZ OU PATACA	REVOLTO DE OVO E ACELGAS	RAXO A NAPOLITANA CON ENSALADA	TORTILLA PAISANA						CHIPIRONS Á PRANCHA CON GUARNICIÓN DE LEGUMES	PEIXE EN SALSA CON VERDURIÑAS	OVOS Ó PRATO CON CHÍCHAROS E SALSA DE TOMATE
	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA					
4ª Semana	19-ago	Suxerencias cea	20-ago	Suxerencias cea	21-ago	Suxerencias cea	22-ago	Suxerencias cea	23-ago	Suxerencias cea				
	ENSALADA TROPICAL (SEN PEIXE)	FABAS Á VINAGRETA	LENTELLAS VEXETAIS	EMPANADA VEXETAL	ENSALADA DE ARROZ	ENSALADA DE TOMATE CON QUEIXO E OUREGO	MINESTRA SALTEADA	ENSALADA MIMOSA	CREMA DE CENORIA	ENSALADA DE QUINOA CON VERDURAS E LEGUMES				
	TENREIRA ESTUFADA CON FIDEO	PARROCHAS CON PURÉ DE PATACA	PESCADA CON ENSALADA	REVOLTO DE OVO CON BRÓCOLI E PORRO	MILANESA DE POLO CASEIRA CON COGUMELOS	XARDA Á PRANCHA CON GORNICIÓN DE YUKA FRITA	PEIXE REBOZADO CON PATACA	PASTA INTEGRAL CON OVO	LOMBO ASADO CON MACARRONS E VERDURIÑAS	PEIXE Á PRANCHA				
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA				
5ª Semana	26-ago	Suxerencias cea	27-ago	Suxerencias cea	28-ago	Suxerencias cea	29-ago	Suxerencias cea	30-ago	Suxerencias cea				
	BRÓCOLI CON PATACA	ENSALADA DE LEITUGA, MAZÁ E QUEIXO	CREMA DE CABAZA	ESPÁRRAGOS TRIGUEIROS	ENSALADA DE GARAVANZOS	ENSALADA DE TOMATE CON AGUACATE	OVOS CON XUDIÁS E PATACAS	GAZPACHO	ENSALADA CON XOUBAS E QUEIXO	TABULÉ DE COUSCOUS CON LEGUMES				
	POLO Ó CHILINDRÓN CON VERDURIÑAS	EMPANADA DE XOUBAS	TENREIRA ASADA CON GUARNICIÓN	XARDA CON PATACA COCIDA	PEIXE Ó FORNO CON PATACA E CENORIA	PASTA CON BOLOÑESA DE PAVO	RAXO CON ENSALADA	PESCADA Á GALEGA	ARROZ MARIÑEIRO	TORTILLA DE CABACÍN E QUEIXO				
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA				