

MENU NORMOCALORICO FEBREIRO 2.021

LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

1ª Semana



2ª Semana

3ª Semana

4ª Semana

5ª Semana

	01-feb	Suxerencias de Cea	02-feb	Suxerencias de Cea	03-feb	Suxerencias de Cea	04-feb	Suxerencias de Cea	05-feb	Suxerencias de Cea
	CREMA DE CABACIÑA	BRÓCOLI	ENSALADA MIXTA	PIPIARRA (TOMATE, PEMENTO E COGOMBRO)	CALDO GALEGO CON FABAS	ENSALADA CON OLIVAS	CREMA DE COLIFLOR E CENORIA	PATACAS AO POBRE	MINESTRA SALTEADA	ENSALADA VARIADA
	ARROZ Á MILANESA	PEITUGA DE PAVO CON PATACA	PESCADA CON PATACA	TORTILLA DE PATACA	CORDON BLUE CON ENSALADA	WRAPS DE VERDURAS E HUMUS	LOMBO CON PASTA	LIRIOS CON ENSALADA	SALMÓN A PRANCHA CON PATACA	PASTA CON BOLOÑESA DE LENTELLAS
	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
	08-feb	Suxerencias de Cea	09-feb	Suxerencias de Cea	10-feb	Suxerencias de Cea	11-feb	Suxerencias de Cea	12-feb	Suxerencias de Cea
	CHÍCHAROS CON XAMÓN	ENSALADA DE TOMATE E AGUACATE	SOPA DE PIÑÓN	ENSALADA VARIADA CON MAZÁ	XUDIAS CON OVO RELADO	GRELLADA DE VERDURAS	POTAXE DE GARAVANZOS CON BERZA	PASTA CON XUDÍAS VERDES	ENSALADA MEDITERRÁNEA (CON ATÚN)	TOMATE CON QUEIXO
	PESCADA Á GALEGA CON PATACA	TORTILLA DE MACARRONS	PEITUGA DE POLO Á PRANCHA CON ENSALADA	PEIXE CON ARROZ	TENREIRA CON ARROZ	XOUBAS FRITAS CON PATACA COCIDA	PEIXE Á ROMANA CON ENSALADA	REVOLTO DE OVO E TOMATE	ESPAGUETE CARBONARA	COLIFLOR REBOZADA
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
	15-feb	Suxerencias de Cea	16-feb	Suxerencias de Cea	17-feb	Suxerencias de Cea	18-feb	Suxerencias de Cea	19-feb	Suxerencias de Cea
							LENTELLAS ESTUFADAS	ENSALADA DE DE LEITUGA, LARANXA E FIGOS OU DÁTILES	RAVIOLIS GRATINADOS	COLIFLOR
							PAVO ESTUFADO CON VERDURIÑAS	OVOS RECHEOS DE SALMÓN CON PURÉ DE PATACA	PESCADA Á ROMANA CON ENSALADA	CHIPIRONS CON PATACA COCIDA
							IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
	22-feb	Suxerencias de Cea	23-feb	Suxerencias de Cea	24-feb	Suxerencias de Cea	25-feb	Suxerencias de Cea	26-feb	Suxerencias de cea
	ENSALADA GREGA CON QUEIXO	ENSALADA DE TOMATE E AGUACATE	ARROZ VEXETAL	GRELLADA DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	ENSALADA CON AGUACATE	FABADA VEXETAL	CHAMPIÑONS CON XAMÓN	FAIXIÑAS DE XAMÓN COCIDO E QUEIXO	ENSALADA CON KAKI
	ESTUFADO DE TENREIRA CON ARROZ	MEXILLONS CON ARROZ	PALOMETE CON ENSALADA	LURAS CON PATACA COCIDA	PASTA BOLOÑESA	REVOLTO DE PATACAS	PAELLA DE PEIXE E MARISCO	OVOS AO PRATO CON ARROZ	XAMÓN ASADO CON PATACA ASADA	HAMBURGUESA DE GARAVANZOS
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA