

MENU NORMOCALORICO ABRIL 2.021-CENTRO DE DIA

	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES					
1ª Semana				01-abr	02-abr					
				FESTIVO	FESTIVO					
	05-abr	06-abr	07-abr	08-abr	09-abr					
2ª Semana	SOPA MARAVILLA	ENSALADA DE TOMATE E AGUACATE	ENSALADA MIXTA (ATÚN E OVO) OU SOPA DE VERDURAS	ARROZ INTEGRAL CON CHAMPIÑONS	CREMA DE VERDURAS	ENSALADA CON PATACA	CHÍCHAROS CON XAMÓN	ENSALADA DE BROTES VERDES	CREMA DE CENORIA	ENSALADA DE TOMATE CON QUEIXO
	PEIXE BRANCO CON GORNICIÓN	OVOS CON PATACA ASADA	ESTUFADO DE PAVO CON ARROZ	HAMBURGUESA DE LENTELLA	PASTA Á CARBONARA	HAMBURGUESA DE PEIXE	PESCADA Ó FORNO CON PATACA	ARROZ CON MEXILLONS	PIZZA CASEIRA OU GUIZO DE POLO	BURRITO DE HUMUS E VERDURIÑAS
	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
	12-abr	13-abr	14-abr	15-abr	16-abr					
3ª Semana	LENTELLAS CON VERDURAS OU CON CHOURIZO	ENSALADA CON AMORODOS	EMPANADILLAS OU CREMA DE VERDURAS	ENSALADA CON RÚCULA	MACARRONS GRATINADOS	ENSALADA CON PIÑA E GAMBAS	FAIXIÑAS DE XAMÓN E QUEIXO O CREMA MINSTRONE	ENSALADA VARIADA	CREMA DE COLIFLOR	ENSALADA DE BROTES VERDES CON AGUACATE
	SALMÓN Á PRANCHA CON PATACA	OVOS REVOLTOS CON PATACA E PEMENTO	PEITUGA EN SALSA CON ENSALADA	ARROZ CON POLO	RAXO Ó FORNO CON MINESTRA	ARROZ DE COLIFLOR TRES DELICIAS	TENREIRA ESTUFADA CON ARROZ	PEMENTOS RECHEOS DE BACALLAU	VENTRESCA DE PESCADA Á GALEGA CON PATACA	TORTILLA DE PATACA
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
	19-abr	20-abr	21-abr	22-abr	23-abr					
4ª Semana	RISSOTO DE VERDURAS	WOK DE VERDURAS	CREMA DE CABAZA	GRELLADA DE VERDURAS	ENSALADA MARIÑEIRA (CON MEXILLONS E PAUS DE CANGREXO) OU SOPA DE VERDURAS	ENSALADA DE TOMATE	FABADA VEXETAL	COGUMELOS	CREMA DE CABACIN	ARROZ CON DADOS DE TOMATE
	LOMBO Á PRANCHA CON ENSALADA	SALMÓN CON PATACA AO FORNO	DELICIAS DE PESCADA CON PATACA	REVOLTO DE OVO CON CHÍCHAROS E XAMÓN	GUIZO DE POLO E PASTA	PEIXE CON PATACA	TORTILLA DE PATACA E ATÚN CON ENSALADA	XOUBAS AO FORNO CON QUINOA	MACARRONS CON BOLOÑESA DE TENREIRA	FILETE DE POLO
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
	26-abr	27-abr	28-abr	29-abr	30-abr					
5ª Semana	XUDIAS CON XAMÓN	CHAMPIÑONS Á PRANCHA	ENSALADA TROPICAL(CON PIÑA E ATÚN) OU VERDURAS AO VAPOR	CREMA DE VERDURAS	ENSALADILLA RUSA	PEMENTO,TOMATE E COGOMBRO	MINESTRA CON OVO RELADO	ENSALADA DE LEITUGA,TOMATE E CEBOLA	TORTELLINI	SOPA DE VERDURAS
	PALOMETA O FORNO CON PATACA	POLO EN SALSA CON CHÍCHAROS	HAMBURGUESA DE TENREIRA CON PASTA	XOUBAS CON ENSALADA	POLO Ó FORNO CON ARROZ E VERDURAS	PEIXE Á PRANCHA	SAN XACOB O CASEIRO CON PATACA	HAMBURGUESA DE GARAVANZOS	PESCADA Á ROMANA CON ENSALADA	LURAS CON ARROZ
	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA