






MENU ESCOLA INFANTIL - XANEIRO 2.023

	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES		
	02-ene	03-ene	04-ene	05-ene	06-ene		
1ª Semana	Suxerencias de Cea	Suxerencia de Cea	Suxerencias de Cea	Suxerencias de Cea	Suxerencias de Cea		
	CREMA DE VERDURAS VERDURA COCIDA	SOPA DE FIDEOS ENSALADA DE TOMATE, PEMENTO E MANGO	CREMA DE CABACÍN ENSALADA CON QUEIXO	CHÍCHAROS Á MARIÑEIRA ARROZ CON VERDURAS		CREMA DE VERDURAS CON PATACA	
	GUIZO DE TENREIRA CON FIDEO REVOLTO DE OVO, PATACA E PEMENTO	POLO ASADO CON VERDURAS HAMBURGUESA DE GARAVANZOS	SALMÓN Á PRANCHA CON ARROZ HAMBURGUESA DE LENTELLAS	PAVO ESTUFADO CON PATACAS OVOS RECHEOS DE SALMÓN		GARAVANZOS SALTEADOS	
FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA		
	09-ene	10-ene	11-ene	12-ene	13-ene		
2ª Semana	Suxerencias de Cea	Suxerencias de Cea	Suxerencias de Cea	Suxerencias de Cea	Suxerencias de Cea		
	XUDIAS SALTEADAS ENSALADA DE LEITUGA E PIÑA	FERVIDO DE VERDURAS ENSALADA DE FABAS CON VERDURAS	CREMA MINISTRONE CON GARAVANZOS ENSALADA DE TOMATE CON PATACA COCIDA E MAZÁ	SOPA XULIANA ENSALADA DE TOMATE	PAELLA VEXETAL XUDÍAS VERDES CON GARAVANZOS E CENORIA		
	LOMBO A PRANCHA CON ARROZ TORTILLA DE CABAZA	PESCADA CON PATACAS	POLO ESTUFADO CON VERDURAS HAMBURGUESA DE TOFU	PASTA CON PEIXE EN SALSA TORTILLA DE PATACA	POLO AO CHILINDRÓN		
FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA		
	16-ene	17-ene	18-ene	19-ene	20-ene		
3ª Semana	Suxerencias de Cea	Suxerencias de Cea	Suxerencias de Cea	Suxerencias de Cea	Suxerencias de Cea		
	MACARRÓNS GRATINADOS OU SOPA DE FIDEOS ESPÁRRAGOS TRIGUEIROS Á PRANCHA	CALDO GALEGO ENSALADA DE LEITUGA VARIAS	FABADA VEXETAL GRELLADA DE VERDURAS	CREMA VEXETAL ENSALADA DE LEITUGA E LARANXA	BRÉCOL ENSALADA DE LEITUGA E REMOLACHA		
	PEITUGA CON ENSALADA PASTEL DE CABACÍN CON CHAMPIÑONS, SALSA DE TOMATE, PATACA E QUEIXO AO FORNO	ESTUFADO DE CARNE CON ARROZ REBOZADOS DE CABAZA OU CHULAS DE CABAZA	PESCADA Á GALEGA CON PATACA E VERDURAS REVOLTO DE OVO CON CHÍCHAROS	PASTA CON BOLOÑESA DE PAVO POLO AO CHILINDRÓN CON ARROZ	PALOMETA CON PATACA TORTILLA DE PATACA E CABAZA		
FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA		
	23-ene	24-ene	25-ene	26-ene	27-ene		
4ª Semana	Suxerencia de Cea	Suxerencias de Cea	Suxerencias de Cea	Suxerencias de Cea	Suxerencias de Cea		
	CREMA DE CENORIA SOPA DE FABAS CON KALE OU BERZA OU CABAZA	 ENSALADA VARIADA	CALDO DE BERZA OU REPOLO OU VERDE TORTILLA FRANCESA	MINESTRA CON OVO PEIXE Á PRANCHA CON ARROZ	LENTELLAS VEXETAIS ENSALADA VARIADA	 MENÚ VALENCIANO	GRELLADA DE VERDURAS
	FIDEUÁ DE PEIXE	LOMBO A PEMENTA CON PATACAS	PASTA CON BOLOÑESA MIXTA	PEIXE Á ROMANA CON ENSALADA	HAMBURGUESA DE LENTELLAS		REVOLTO DE CHÍCHAROS
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	
	30-ene	31-ene	 				
5ª Semana	CHÍCHAROS SALTEADOS LENTELLAS COCIÑADAS CON CABAZA	CREMA DE VERDURAS LASAÑA DE ESPINACAS CON REQUEIXO					
	GUIZO DE TENREIRA CON PASTA	PESCADA EN SALSA DE PORRO E GAMBAS					
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA				

NUTRICIONISTA: ANA ISABEL FDEZ ESCUREDO. GA:00117