
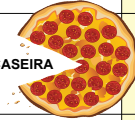








MENU NORMOCALORICO XANEIRO 2.023

	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES	
	02-ene	03-ene	04-ene	05-ene	06-ene	
1ª Semana	ENSALADA DE XOUBAS	SOPA DE FIDEOS	CREMA DE CABACÍN	CHÍCHAROS Á MARIÑEIRA		
	CREMA DE VERDURAS	ENSALADA DE TOMATE, PEMENTO E MANGO	ENSALADA DE ESCAROLA, UVAS E QUEIXO	ARROZ CON VERDURAS		CREMA DE VERDURAS CON PATACA
	GUIZO DE TENREIRA CON FIDEO	POLO ASADO CON VERDURAS	SALMÓN Á PRANCHA CON ARROZ	PAVO ESTUFADO CON PATACAS		GARAVANZOS SALTEADOS
FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	DIA DE REIS
	09-ene	10-ene	11-ene	12-ene	13-ene	
2ª Semana	XUDIAS SALTEADAS	ENSALADA CON ATÚN E OVO	CREMA MINSTRONE CON GARAVANZOS	SOPA XULIANA	PAELLA VEXETAL	
	ENSALADA DE LEITUGA E PIÑA	ENSALADA DE FABAS CON VERDURAS	ENSALADA DE TOMATE CON PATACA COCIDA E MAZÁ	ENSALADA DE BROTES VERDES	XUDÍAS VERDES CON GARAVANZOS E CENORIA	
	LOMBO A PRANCHA CON ARROZ	PESCADA CON PATACAS	POLO ESTUFADO CON VERDURAS	PASTA CON ATÚN	SAN XACOCO CON ENSALADA	
FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR
	16-ene	17-ene	18-ene	19-ene	20-ene	
3ª Semana	MACARRÓNS GRATINADOS	CALDO GALEGO	FABADA VEXETAL	CREMA VEXETAL	ENSALADA MEDITERRANEA	 MENÚ VALENCIANO 
	ESPÁRRAGOS TRIGUEIROS Á PRANCHA	ENSALADA DE LEITUGA VARIAS	GRELLADA DE VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA E LARANXA	ENSALADA DE LEITUGA E REMOLACHA	
	PEITUGA CON ENSALADA	ESTUFADO DE CARNE CON ARROZ	PESCADA Á GALEGA CON PATACA E VERDURAS	PIZZA CASEIRA	PALOMETA CON FIDEO	
FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR
	23-ene	24-ene	25-ene	26-ene	27-ene	
4ª Semana	CREMA DE CENORIA	ENSALADA VARIADA	MINESTRA CON OVO	LENTELLAS VEXETAIS	 MENÚ VALENCIANO 	
	SOPA DE FABAS CON KALE	LOMBO A PEMENTA CON PATACAS	CALDO DE BERZA OU REPOLO OU VERDE	ENSALADA DE ESCAROLA, UVAS E QUEIXO		GRELLADA DE VERDURAS
	FIDEUÁ DE PEIXE	TORTILLA FRANCESA	PASTA CON BOLOÑESA	CHIPIRÓNS Á PRANCHA CON ARROZ		REVOLTO DE CHÍCHAROS
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
	30-ene	31-ene				
5ª Semana	CHÍCHAROS CON XAMÓN	CREMA DE VERDURAS				
	LENTELLAS COCINADAS CON CABAZA	PESCADA EN SALSAS DE PORRO E GAMBAS			LASAÑA DE ESPINACAS CON REQUEIXO E PIÑONS	
	CHULETA Á NAPOLITANA CON PASTA	IOGUR			FROITA	
FROITA	FROITA	FROITA				