

ALERX. LACTOSA E PROT. DO LEITE

SETEMBRO 2022

LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES 8

VENRES 9

PURÉ DE CABAZA E CABACIÑA

SOPA XULIANA CON FIDEOS

CARNE NO SEU XUGO

ENSALADA DE GARAVANZOS CON XOUBAS E ARROZ

MINESTRA REFOGADA

FROITA

FROITA

LUNS 12

MARTES 13

MÉRCORES 14

XOVES 15

VENRES 16

BRÓCOLI REFOGADO

ENSALADA DE PASTA

ENSALADA CLASICA C/ OVO COCIDO

CREMA FRÍA DE PORROS E PATACAS

ENSALADA RUSA

TENREIRA NO SEU XUGO

PESCADA Á ROMANA

PEITUGA DE POLO

COELLO NO SEU XUGO

SALMÓN (á prancha)

ARROZ E VERDURAS

ENSALADA (remolacha, millo, cenoria e cebola)

PATACA COCIDA

TALLARÍNS AO ALLO

LEITUGA E TOMATE

FROITA

FROITA

FROITA

IOGUR DE SOJA

FROITA

LUNS 19

MARTES 20

MÉRCORES 21

XOVES 22

VENRES 23

ENSALADA DE TOMATES CON MEXILLON

CREMA DE VERDURAS

ENSALADA DE LEGUMES ESTUFADAS CON PATACA E VERDURAS VERDES CON SALSA DE TOMATE

POLO NO SEU XUGO

BACALLAU COCIDO

TENREIRA NO SEU XUGO

PALOMETA Á PRANCHA

OVOS ESCALFADOS

PASTA REFOGADA E VERDURA

ARROZ, CHÍCHAROS E CENORIAS

PATACAS COCIDAS

LEITUGA, TOMATE E CEBOLA

ARROZ CON CHÍCHAROS E TOMATE

FROITA

FROITA

IOGUR DE SOJA

FROITA

FROITA

LUNS 26

MARTES 27

MÉRCORES 28

XOVES 29

VENRES 30

SALMOREJO

ENSALADA DE REMOLACHA, MILLO, CENORIA E CEBOLA

MINESTRA DE VERDURAS

CREMA DE CHÍCHAROS

SOPA DO DÍA

TORTILLA PAISANA

TENREIRA NO SEU XUGO

PATACAS FRITAS

ENSALADA DE POLO, LEITUGA, REMOLACHA, MAZÁ E PASAS

SALMÓN (á prancha)

ENSALADA (tomate, leituga e cebola)

PASTA REFOGADA E VERDURA

ARROZ BRANCO

PATACAS COCIDAS

FROITA

FROITA

FROITA

IOGUR DE SOJA

FROITA

Alimentación Saludable Gallega garante que estes menús foron planificados segundo as indicacións da Xunta de Galicia e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade