



ABRIL

ESCOLA INFANTIL
LUDY

LUNS 01/04/2019	MARTES 02/04/2019	MÉRCORES 03/04/2019	XOVES 04/04/2019	VENRES 05/04/2019	VALOR NUTRICIONAL SEMANAL
SOPA DE VERDURAS	LENTELLAS A CASEIRA	XUDIAS CON BAICON	TALLARINS CON CHAMPIÑONS	CREMA DE PORROS	ENERXIA (Kcal) 722,40
POLO O ALLO	FILETE DE PESCADA A ROMANA	TENREIRA ESTUFADA CON PATACA E CHICHAROS	SALMON O FORNO	TORTILLA DE PATACA	Prot. (g) 28,75
ARROZ	LEITUGA, MILLO E OLIVAS		PATACAS	TOMATE NATURAL	Lip. (g) 25,02
FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA	HdeC (g) 96,58
<i>Almorzo e cea recomendada.</i>					
LEITE, GALLETAS E MARMELADA	CACAO, ZUME E TORRADAS	LEITE, ZUME E CEREAIS	LEITE, PAN E MARMELADA	LEITE CON CEREAIS E FROITA	
RAPANTE LÁCTEO	LOMBO ASADO FROITA	PEIXE DO DIA LÁCTEO	PAVO A PRANCHA FROITA	PESCADA O FORNO LÁCTEO	
LUNS 08/04/2019	MARTES 09/04/2019	MÉRCORES 10/04/2019	XOVES 11/04/2019	VENRES 12/04/2019	VALOR NUTRICIONAL SEMANAL
SOPA DE CABELLIN	CALDO CALEGO	ESPAGUETI NAPOLITANA	SOPA DE AVE	CREMA DE CABACIÑA	ENERXIA (Kcal) 757,30
ALBONDEGAS CON TOMATE	PAELLA DE PAVO E VERDURAS	XURELO A GALEGA	POLO ASADO	BACALLAO EMPANADO	Prot. (g) 30,39
PATACA		COLIFLOR (con patacas)	ARROZ	PATACAS	Lip. (g) 27,05
PIÑA NO SEU ZUME	IOGUR	FROITA	FROITA	IOGUR	HdeC (g) 99,48
<i>Almorzo e cea recomendada.</i>					
CACAO, ZUME E TORRADAS	CACAO, ZUME E PAN CON ACEITE	LEITE CON BOLERIA E FROITA	LEITE, PAN E MANTEIGA	GALLETAS, IOGURT E FROITA	
REVOLTO DE ESPINACAS CON GAMBAS LÁCTEO	PESCADA FROITA	MACARRONS A BOLOÑESA LÁCTEO	LURAS A PRANCHA LÁCTEO	COSTELETA FROITA	
LUNS 15/04/2019	MARTES 16/04/2019	MÉRCORES 17/04/2019	XOVES 18/04/2019	VENRES 19/04/2019	VALOR
ESPIRAIS GRATINADOS	LENTELLAS CON VERDURAS	CREMA DE CABAZA			ENERXIA (Kcal) 752,41
POLO O ALLO	PESCADA O FORNO	ESTUFADO DE TENREIRA A XARDINEIRA	FESTIVO	FESTIVO	Prot. (g) 32,77
XUDIAS SALTEADAS (con patacas)	PATACAS COCIDAS				Lip. (g) 25,02
FROITA	IOGUR	FROITA			HdeC (g) 93,32
<i>Almorzo e cea recomendada.</i>					
LEITE, GALLETAS E MARMELADA	IOGUR, LEITE E FROITA	LEITE, ZUME E CEREAIS			
PEIXE DO DIA LÁCTEO	REVOLTO DE ESPINACAS FROITA	RAPANTE A PRANCHA LÁCTEO			
LUNS 22/04/2019	MARTES 23/04/2019	MÉRCORES 24/04/2019	XOVES 25/04/2019	VENRES 26/04/2019	VALOR
	GARAVANZOS CON ESPINACAS	SOPA MINISTRONE	FABAS VEXETAIS	CREMA DE CENORIA	ENERXIA (Kcal) 705,02
	ATÚN GUISADO CON ESPAGUETTIS	TORTILLA DE PATACA	PESCADA GUISADA	MILANESA	Prot. (g) 27,81
FESTIVO		TOMATE NATURAL	PATACAS CON BRECOLI	PASTA SALTEADA	Lip. (g) 24,35
	IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA	HdeC (g) 88,61
<i>Almorzo e cea recomendada.</i>					
	LEITE, CEREAIS E FROITA	CACAO, ZUME E TORRADAS	GALLETAS, IOGURT E FROITA	LEITE CON BOLERIA E FROITA	
	PEITUGA DE PAVO FROITA	SANDWICHE COMPRETO LÁCTEO	COSTELETA FROITA	RAPANTE LÁCTEO	
LUNS 29/04/2019	MARTES 30/04/2019	MÉRCORES 01/05/2019	XOVES 02/05/2019	VENRES 03/05/2019	VALOR
LENTELLAS ESTUFADAS	MACARRONS CON TOMATE				ENERXIA (Kcal) 849,13
PALOMETA EN SALSAS VERDE	POLO EN PEPITORIA				Prot. (g) 31,05
PATACAS	PURE DE CENORIA				Lip. (g) 30,72
FROITA	IOGUR				HdeC (g) 107,01
<i>Almorzo e cea recomendada.</i>					
LEITE, GALLETAS E MARMELADA	CACAO, ZUME E TORRADAS				
PEITUGA DE PAVO LÁCTEO	ENSALADA CON ATUN FROITA				