


| LUNS 3-mai | MARTES 4-mai | MÉRCORES 5-mai | XOVES 6-mai | VENRES 7-mai | VAL. NUTR SEMANAL | |
|--|--|---|---|---|-----------------------|---------------|
| CODIÑOS CON CHOURIZO | CALDO GALEGO | CREMA DE PORRO | XUDIÁS CON XAMÓN | ENSALADA RUSA | ENERXÍA (Kcal) | 734,04 |
| PALOMETA FRITA | LOMBO Á PRANCHA | ATÚN CON TOMATE | TORTILLA DE PATACA | TAQUIÑOS DE PAVO ESTUFADOS | Prot. (g) | 37,49 |
| CON LEITUGA, MILLO E CENORIA | PURÉ | E PASTA | CON ENSALADA | CON ARROZ | Lip. (g) | 31,01 |
| FROITA | LÁCTEO | FROITA | FROITA | LÁCTEO | H de C (g) | 75,79 |
| <i>Alternativa para a ESO</i> | | | | | | |
| <i>Almorzo e cea recomendado.</i> | | | | | | |
| CEREAIS+HOGUR+FROITA PETUGA DE POLO PLANCHA LÁCTEO | GALLETAS+LEITE+FROITA SALTEADO DE VERDURIÑAS FROITA | CEREAIS+LEITE+ZUME NATURAL ARROZ TRES DELICIAS LÁCTEO | PAN CON QUEIXO FRESCO+FROITA SANDWICH VEJETAL LÁCTEO | TORRADAS, MANTEIGA+LEITE+FROITA PEIXE A PRANCHA FROITA | | |
| LUNS 10-mai | MARTES 11-mai | MÉRCORES 12-mai | XOVES 13-mai | VENRES 14-mai | | |
| CREMA DE CABACIÑA | ENSALADA DE XAMÓN E QUEIXO | SOPA DE PASTA | ENSALADA DE ESPINACAS | FABAS ESTUFADAS CON VERDURAS | ENERXÍA (Kcal) | 632,56 |
| POLO AO LIMÓN | FIDEUÁ DE PEIXE | ALBONDEGAS XARDINEIRA | RAIA Á GALEGA | PIZZA CASEIRA | Prot. (g) | 30,97 |
| PATACAS FRITAS | | ARROZ | PATACAS COCIDAS CON ALLADA | | Lip. (g) | 29,21 |
| FROITA | FROITA | LÁCTEO | FROITA | LÁCTEO | H de C (g) | 60,50 |
| <i>Alternativa para a ESO</i> | | | | | | |
| <i>Almorzo e cea recomendado.</i> | | | | | | |
| PAN CON QUEIXO FRESCO+FROITA REVOLTO DE CHAMPIÑONS LÁCTEO | CEREAIS + LEITE+ ZUME NATURAL FILETE Á PRANCHA LÁCTEO | TORRADAS, MAIEGA+LEITE+FROITA RISOTTO FROITA | GALLETAS+HOGUR+FROITA ENSALADA COMPLETA LÁCTEO | LEITE + BISCOITO CASEIRO PEIXE A PRANCHA FROITA | | |
| LUNS 17-mai | MARTES 18-mai | MÉRCORES 19-mai | XOVES 20-mai | VENRES 21-mai | | |
| | LENTELLAS CON CHOURIZO | CREMA DE CABAZA | OVOS RECHEOS | SOPA DE POLO E FIDEUS | ENERXÍA (Kcal) | 687,81 |
| | VARIÑAS DE PESCADA | XAMONCIÑOS DE POLO AO FORNO | TENREIRA ESTUFADA | FILETE EN SALSAS | Prot. (g) | 36,99 |
| | CON ENSALADA | ARROZ | Á XARDINEIRA CON PATACAS | CON ENSALADA | Lip. (g) | 31,25 |
| | LÁCTEO | FROITA | FROITA | LÁCTEO | H de C (g) | 60,77 |
| <i>Alternativa para a ESO</i> | | | | | | |
| <i>Almorzo e cea recomendado.</i> | | | | | | |
| | GALLETAS+LEITE+FROITA PEITUGA DE PAVO C/ TOMATE FROITA | CEREAIS+LEITE+ZUME NATURAL LURAS Á PRANCHA LÁCTEO | PAN CON QUEIXO FRESCO+FROITA SANDWICH VEJETAL CON ATÚN LÁCTEO | CEREAIS+HOGUR+FROITA PEIXE Á PRANCHA FROITA | | |
| LUNS 24-mai | MARTES 25-mai | MÉRCORES 26-mai | XOVES 27-mai | VENRES 28-mai | | |
| PAELLA MARIÑEIRA | ENSALADA DE PASTA | XUDIÁS CON OVO | SOPA DE AVE | PASTA C/QUEIXO E PANCETA | ENERXÍA (Kcal) | 758,62 |
| FLAMENQUÍNS | FILETE DE PESCADA Á ROMANA | COSTELA GUISADA | RAPANTE Á PRANCHA | HAMBURGUESA COMPLETA C/ PAT. | Prot. (a) | 32,44 |
| CON ENSALADA | CON PATACAS | CON GUARNICIÓN | CON ARROZ | XEADO | Lip. (g) | 35,46 |
| LÁCTEO | FROITA | FROITA | FROITA |  | H de C (g) | 77,47 |
| <i>Alternativa para a ESO</i> | | | | | | |
| <i>Almorzo e cea recomendado.</i> | | | | | | |
| REVOLTO DE CHAMPIÑONS CEREAIS + LEITE+ ZUME NATURAL POLO A PRANCHA FROITA | TORRADA CON ACLIJE FILETE DE PESCADA LOMBO A PRANCHA LÁCTEO | GALLETAS+LEITE+FROITA ENSALADA DE ATUN LÁCTEO | CEREAIS+HOGUR+FROITA TORTILLA DE QUEIXO LÁCTEO | | | |
| LUNS 31-mai | MARTES | MÉRCORES | XOVES | VENRES | | |
| ENSALADA DE ARROZ | | | | | ENERXÍA (Kcal) | 627,55 |
| PEITUGA Á CREMA | | | | | Prot. (g) | 28,29 |
| CON PASTA REFOGADA | | | | | Lip. (g) | 28,85 |
| FROITA | | | | | H de C (g) | 68,13 |
| <i>Alternativa para a ESO</i> | | | | | | |
| <i>Almorzo e cea recomendado.</i> | | | | | | |
| GALLETAS+HOGUR+FROITA SANDWICH VEJETAL CON ATÚN LÁCTEO | | | | | | |