




LUNS 3-dec.	MARTES 4-dec.	ÉRCORES 5-dec.	XOVES 6-dec.	VENRES 7-dec.	VAL.NUTR SEMANAL	
CREMA DE CENORIA	XUDÍAS CON CHOURIZO	CODIÑOS AO GRATÉN			ENERXÍA (Kcal)	697,61
TALLARÍNS	POLO AO CURRY	BACALLAU Á PRANCHA			Prot. (g)	29,41
CON SALMÓN	CON PURÉ	CON COLIFLOR	FESTIVO	NON LECTIVO	Lip. (g)	34,00
LÁCTEO	FROITA	LÁCTEO			H de C (g)	67,81
<i>Alternativa para a ESO</i> ENSALADA MIXTA Almorzo e cea GALLETAS+LEITE+FROITA PEITUGA DE PAVO C/ PATACAS FROITA						
LUNS 10-dec.	MARTES 11-dec.	ÉRCORES 12-dec.	XOVES 13-dec.	VENRES 14-dec.	VAL.NUTR SEMANAL	
SOPA VEXETAL	POTAXE DE GARAVANZOS	CREMA DE PORROS	MACARRÓNS CON BROCOLI E CHAMPIÑONS	LENTELLAS VEXETAIS	ENERXÍA (Kcal)	734,04
LOMBO Á PRANCHA	PESCADA EN SALSA DE PEMENTOS	TORTILLA ESPAÑOLA	ROTTI DE PAVO	RAIA Á GALEGA	Prot. (g)	37,49
CON ARROZ	PATACAS	ENSALADA	CON PURE DE CENORIA	CON PATACA	Lip. (g)	31,01
LÁCTEO	FROITA	FROITA	IOGUR ECOLÓXICO	FROITA	H de C (g)	75,79
<i>Alternativa para a ESO</i> ENSALADA DE PASTA Almorzo e cea LEITE +PAN+FROITA PEITUGA DE POLO C/ FROITA						
		ENSALADA COMPLETA LEITE CON BISCOITO PEIXE A PRANCHA FROITA				
LUNS 17-dec.	MARTES 18-dec.	ÉRCORES 19-dec.	XOVES 20-dec.	VENRES 21-dec.	VAL.NUTR SEMANAL	
CREMA DE VERDURAS	FABAS ESTOUFADAS	ENSALADA DE TOMATE, QUEIXO, OUREGO E ALBAHACA	SOPA DE COCIDO	ENTREMESES VARIADOS	ENERXÍA (Kcal)	632,56
LASAÑA DE CARNE	PEITUGA DE POLO ASADA	LOMIÑOS DE XURELO O FORNO	CARNE Ó CALDEIRO	PIZZA DO NADAL	Prot. (g)	30,97
LÁCTEO	FROITA	LÁCTEO	PATACAS	POSTRE ESPECIAL	Lip. (g)	29,21
<i>Alternativa para a ESO</i> ENSALADA TROPICAL Almorzo e cea CEREAIS+LEITE+ZUME PEIXE A PRANCHA FROITA		REVOLTO DE ESPINACAS LEITE +PAN CON ACEITE LOMBO Á PRANCHA C/ FROITA				
		GALLETAS+LEITE+FROITA ARROZ TRES DELICIAS LÁCTEO				