

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES	NutriConsello
3 Ens. De cenoria e tomate relado Lasaña Froita 1,3,7	4 Puré de verduras Linguado guisado c/ verduriñas logurt 4,7	5 Garavanzos c/ verdura Froita 1,3,4	6 Espiráis c/brécol e tomate Albóndegas de peixe Froita 1,3,4	7 Crema de chicharos Tortilla de patacas e cabacifia. Froita 3	Hai que evitar, como mínimo ata os 3 anos de idade os sólidos que poden supoñer un risco de atragantamiento, por Ex. os froitos secos enteiros, os grans de uva enteiros, a cenoria ou a mazá enteira ou a anacos grandes, etc.
Bocadillo de queixo Froita 1,7	Bocadillo de xamón cocido Froita 1,6	Bocadillo de chourizo Froita 1,7	Bocadillo de xamón cocido Froita 1,6	Bocadillo de crema de cacao Froita 1,6,7,8	
10 Sopa de allo porro e cabaza Guiso de bacallau c/ patacas Froita 4	11 Lentellas c/cenoria e arroz Ovos cocido c/ AOVE Froita 3	12 Virutas de cenoria Pescada á romana c/ patacas Flan de ovo 1,3,4,7	13 Puré de verduras Arroz meloso de pavo Froita 1,3,4,7	14 Confeti de brécol Macarróns c/atún logurt 1,3,4,7	
Bocadillo de chourizo Froita 1,7	Bocadillo de xamón cocido Froita 1,6	Bocadillo de queixo Froita 1,7	Bocadillo de crema de cacao Froita 1,6,7,8	Bocadillo de xamón cocido Froita 1,6	
17 Ens. Leituga e cenoria relada Fideos c/polo e champiñóns logurt 1,3,7	18 Risoto de verduras Bocadifios de lingoado cocido Froita 4,7	19 Garavanzos c/ verdura Froita 1,3,7	20 Confeti de brécol Filete ruso c/ puré de verduras logurt 1,3,7	21 Crema de chicharos Buñuelos de mexilóns Froita 1,3,4,14	
Bocadillo de chourizo Froita 1,7	Bocadillo de queixo Froita 1,7	Bocadillo de tortilla francesa Froita 1,3	Bocadillo de xamón cocido Froita 1,6	Bocadillo de chourizo Froita 1,7	
24 Sopa de estreliñas Paella mariñeira logurt 1,3,4,7	25 Lentellas c/ cenoria e arroz Ovos cocidos c/ AOVE Froita 3	26 Puré de verduras Pescada á romana Froita 1,3,4	27 Ens. Cenoria e tomate relado Tenreira estufada c/verduras e patacas cocidas. Froitas 1,3,4,7	28 Albóndegas de peixe c/ espiráis e tomate Torrexas 1,3,4,7	
Bocadillo de crema de cacao Froita 1,6,7,8	Bocadillo de queixo Froita 1,7	Bocadillo de chourizo Froita 1,7	Bocadillo de queixo Froita 1,7	Bocadillo de xamón cocido Froita 1,6	

Froita de tempada: mazá, pexegos, pera, plátano, laranxas.

Supervisión Dietista-Nutricionista. Fdo. M. LÓPEZ REYES Col. N°GA0075

Marisol LÓPEZ REYES
 Nutricionista
 AEDN N° 324



Marisol López Reyes
 Miembro Correspondiente

ACADEMIA ESPAÑOLA DE
 NUTRICIÓN Y DIETÉTICA