

Plan outubro 2019

ESCOLA INFANTIL MUNICIPAL DE BARBADÁS

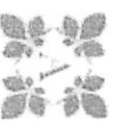
Tempada: outono-inverno Tipo: xantar e merenda: 2-3 anos

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES	Nutri/Consello
					Os legumes, pola súa composición nutricional rica en hidratos de carbono e en proteínas, poden constituir un prato único.
	1	2	3	4	
	Arroz meloso de pavo c/ virutas de cenoria logurt 7	Sopa de allo porro e cabaza Pescada 6 forno con patatas Froitas 1,3,4	Puré de Garavanzos c/ verdura Virutas de xamón cocido Froitas 6	Crema de cabaciña Lingado guisado c/ verduras Froitas 4	
	Bocadillo de xamón cocido Froitas 1,5	Bocadillo de chourizo Froitas 1,7	Bocadillo de nocilla Froitas 1,6,7,8	Bocadillo de xamón cocido Froitas 1,6	
7	8	9	10	11	
Polo estufado c/ chicharos e patacas Froitas 1,3,4	Espirais c/ brécol Pescada á romana Froitas 1,3,4	Lentellas c/cenoria e arroz Picadinho de ovos c/ AOVE Froitas 3	Patacas cocidas c/ pisto Bocadinhos de lingado cocido Froitas 1,3,4,6,7,9,10,12	Puré de verduras Filete ruso c/Ens. cenoria relada. logurt 1,3,7	
Bocadillo de chourizo Froitas 1,7	Bocadillo de xamón cocido Froitas 1,6	Bocadillo de salchichón Froitas 1,7	Bocadillo de xamón cocido Froitas 1,6	Bocadillo de nocilla Froitas 1,6,7,8	
14	15	16	17	18	
Crema de cabaciña Arroz c/polo logurt 7	Puré de Garavanzos c/ verdura Virutas de xamón cocido Froitas 6	Puré de patacas. Albóndegas de pescada c/ cenorias. Froitas 1,3,4	Crema de cenoria e cabaza Tenreira estufada c/ verduras Froitas 1,7	Codiños c/boloñesa Buñuelos de mexilón Froitas 1,3,4	
Bocadillo de chourizo Froitas 1,7	Bocadillo de queixo Froitas 1,7	Bocadillo de xamón cocido Froitas 1,6	Bocadillo de queixo Froitas 1,7	Bocadillo de xamón cocido Froitas 1,6	
21	22	23	24	25	
Sopa de estreliñas Tortilla de patacas e cabaciña logurt 1,3,7	Crema de allo porro e cabaza Pescada á romana Froitas 1,3,4	Lentellas c/ cenoria e arroz picadinho de ovos con AOVE Froitas 3	Confeti brécol Lasaña Froitas 1,3,7	Puré de verduras Bocadinhos de lingado cocido. Froitas 4	
Bocadillo de queixo Froitas 1,7	Bocadillo de chourizo Froitas 1,7	Bocadillo de nocilla Froitas 1,6,7,8	Bocadillo de queixo Froitas 1,7	Bocadillo de salchichón Froitas 1,7	
28	29	30	31	1	
Sopa de fideos Tenreira estufada c/verduras e patacas cocidas. Froitas 1,3	Puré de Garavanzos c/ verdura Virutas de xamón cocido Froitas 6	Crema de cabaciña Bocadinhos de lingado cocido Froitas 4	Polo estufado c/ chicharos e patacas Arroz c/ leite Froitas 7	Virutas de cenoria. Paella Froitas 4	
Bocadillo de chourizo Froitas 1,7	Bocadillo de tortilla francesa Froitas 1,3	Bocadillo de xamón cocido Froitas 1,6	Bocadillo de chourizo Froitas 1,7	Bocadillo de queixo Froitas 1,7	

Froitas de tempada: mazá, pera, plátano, laranxa.

Supervisión Dietista-Nutricionista. Fdo. M. LÓPEZ REYES Col. NºGA0075

Marisol LÓPEZ REYES
Nutricionista
AEDN Nº 1174



Municipal de Barbadás
Municipio de Barbadás
C/ VILARMA FORTES, 10-12
31100 BARRIA, Ourense

