



BO NADAL

PP. ESCOLAPIOS CORUÑA

MENÚ MES DE DECEMBRO 2018

LUNS 3	MARTES 4	MÉRCORES 5	XOVES 6	VENRES 7
<p>CREMA DE VERDURAS NATURAL</p> <p>ALBÓNDEGAS DE TENREIRA CON GORNICIÓN DE ARROZ</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 628 PROT 33 LIP 15 HC 92</p>	<p>MACARRÓNS CON ATÚN E TOMATE NATURAL GRATINADOS</p> <p>PESCADO DO DÍA AO FORNO CON ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA RELADA, PEPINILLOS E TALLOS DE ESPÁRRAGOS</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 628 PROT 33 LIP 15 HC 92</p>	<p>SOPA DE COCIDO</p> <p>COCIDO GALEGO (GARAVANZOS, PATACA CODIDA, CARNE DE PORCO, CHOURIZO E REPOLO)</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 628 PROT 33 LIP 15 HC 92</p>		
LUNS 10	MARTES 11	MÉRCORES 12	XOVES 13	VENRES 14
<p>XUDÍAS VERDES REFOGADAS</p> <p>FILETE DE POLO Á PRANCHA CON PATACAS FRITAS</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 624 PROT 34 LIP 22 HC 75</p>	<p>ESPAGUETES CON VERDURAS</p> <p>PESCADO DO DÍA AO FORNO CON GORNICIÓN DE VERDURAS</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 628 PROT 33 LIP 15 HC 92</p>	<p>PAELLA</p> <p>REVOLTO DE ESPINACAS</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 628 PROT 33 LIP 15 HC 92</p>	<p>LENTELLAS CASEIRAS</p> <p>PESCADO DO DÍA CON GORNICIÓN DE CHAMPIÑÓNS</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 628 PROT 33 LIP 15 HC 92</p>	<p>ARROZ BRANCO CON VERDURIÑAS</p> <p>RAGUT DE TENREIRA CON ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, CENORIA E OLIVAS SEN ÓSO</p> <p>PAN IOGUR KCAL 643 PROT 30 LIP 23 HC 80</p>
LUNS 17	MARTES 18	MÉRCORES 19	XOVES 20	VENRES 21
<p>SOPA DE COCIDO</p> <p>CHURRASCO DE PORCO CON PATACAS FRITAS</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 750 PROT 37 LIP 43 HC 54</p>	<p>MACARRÓNS CON VERDURIÑAS</p> <p>RAXO DE POLO CON ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, CENORIA E OLIVAS SEN ÓSO</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 646 PROT 36 LIP 18 HC 89</p>	<p>FABADA ASTURIANA</p> <p>PESCADO DO DÍA CON ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE</p> <p>PAN IOGUR KCAL 670 PROT 48 LIP 24 HC 76</p>	<p>PURÉ DE VERDURAS AO NATURAL</p> <p>PIZZAS VARIADAS</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA BOLSIÑA FESTA KCAL 608 PROT 20 LIP 21 HC 85</p>	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>OVO VILLARROY CON ENSALADA E LEITUGA</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 605 PROT 13 LIP 15 HC 107</p>

