MENÚ FEBREIRO 2019 --- COLEXIO CALASANZ PP. ESCOLAPIOS

				CHÍCHAROS SALTEADOS CON OVO COCIDO LACÓN ASADO CON GORNICIÓN DE ARROZ BRANCO PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 650 PROT 26 LIP 21 HC 78
LUNS 4	**MARTES 5**	**MÉRCORES 6**	**XOVES 7**	**VENRES 8**
CREMA DE VERDURAS CHURRASCO CON CHOURIZO CRIOULO E PATACAS FRITAS PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 720 PROT 34 LIP 41 HC 53	FIDEUÁ DE VERDURAS VARIADAS PESCADO DO DÍA AO FORNO CON ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, OLIVAS SEN ÓSO E CENORIA PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 637 PROT 25 LIP 14 HC 90	LENTELLAS CASEIRAS CON VERDURAS FILETE DE POLO Á PRANCHA CON ARROZ BRANCO PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 648 PROT 37 LIP 17 HC 88	MACARRÓNS CON CABAZA, BERENXENA, CEBOLA, CENORIA E TOMATE PESCADO DO DÍA AO FORNO CON GORNICIÓN DE BRÓCOLI PAN IOGUR KCAL 600 PROT 39 LIP 15 HC 83	XUDÍAS VERDES SALTEADAS TORTILLA DE PATACA CON ENSALADA PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 661 PROT 19 LIP 30 HC 80
LUNS 11	**MARTES 12**	**MÉRCORES 13**	**XOVES 14**	**VENRES 15**
GUISO DE GARAVANZOS RAGUT DE TENREIRA CON ARROZ BRANCO PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 621 PROT 31 LIP 18 HC 87	ARROZ CON VERDURAS VARIADAS E CHAMPIÑÓNS PESCADO DO DÍA AO FORNO CON ENSALADA PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 550 PROT 30 LIP 11 HC 85	CREMA DE CENORIA ESCALOPE DE PORCO CON PATACAS FRITAS PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 633 PROT 28 LIP 23 HC 81	ESPAGUETES BOLOÑESA PESCADO DO DÍA AO FORNO CON MENESTRA DE VERDURAS PAN IOGUR KCAL 602 PROT 41 LIP 12 HC 83	SOPA DE COCIDO OVOS ROTOS CON COLIFLOR PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 601 PROT 16 LIP 17 HC 98
LUNS 18	**MARTES 19**	**MÉRCORES 20**	**XOVES 21**	**VENRES 22**
GUISO DE COLIFLOR, PORRO E OVO DURO RAXO DE POLO CON ARROZ BRANCO PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 617 PROT 30 LIP 20 HC 86	MACARRÓNS SALTEADOS CON VERDURAS E TOMATE PESCADO DO DÍA AO FORNO CON ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS SEN ÓSO PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 605 PROT 33 LIP 14 HC 88	CREMA DE CABAZA ALBÓNDEGAS CON PATACAS FRITAS PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 622 PROT 23 LIP 32 HC 63	PAELLA PESCADO DO DÍA AO FORNO CON GORNICIÓN DE CHAMPIÑÓNS PAN IOGUR KCAL 613 PROT 42 LIP 16 HC 80	 **CALDO DE GLORIA,** **DÍA DE ROSALÍA DE CASTRO** **OVO VILLAROY CON ENSALADA DE TOMATE** **PAN** **FROITA DE TEMPADA** **KCAL 646 PROT 24 LIP 16 HC 105**
LUNS 25	**MARTES 26**	**MÉRCORES 27**	**XOVES 28**	
SOPA DE COCIDO COCIDO GALEGO PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 628 PROT 33 LIP 15 HC 92	ESPIRAIS CON VERDURAS GRATINADAS PESCADO DO DÍA CON ENSALADA DE LEITUGA, MAÍNZO, REMOLACHA E TOMATE PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 697 PROT 35 LIP 17 HC 99	CREMA DE VERDURAS AO NATURAL POLO ASADO CON PATACAS FRITAS PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 651 PROT 27 LIP 36 HC 56	ARROZ INTEGRAL CON OVO DURO E BRÓCOLI PESCADO DO DÍA CON GORNICIÓN DE VERDURAS PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 600 PROT 33 LIP 8 HC101	Mawersa