

**CPR San Fermín Padres
Somascos**

LUNS 02/09/2019	MARTES 03/09/2019	MÉRCORES 04/09/2019	XOVES 05/09/2019	VENRES 06/09/2019	VALOR NUTRICIONAL SEMANAL	
BRECOL CON OVO COCIDO	ENSALADA DE LEGUMES	ENSALADA MIXTA	CREMA DE VERDURAS	POTAXE DE LENTELLAS	ENERXIA (Kcal)	649,30
FILETE DE PEITUGA DE POLO	PESCADA Ó FORNO	PAVO EN SALSA DE TOMATE NATURAL	ATUN CON OVO E SALSA DE TOMATE	LOMBO DE PORCO Á PRANCHA	Prot.(g)	24,03
ARROZ	PATACAS COCIDAS	PASTA	ARROZ	PATACAS FRITAS	Lip.(g)	21,35
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	HdeC (g)	89,32
<i>Almorzo e cea recomendada.</i>						
LUNS 09/09/2019	MARTES 10/09/2019	MÉRCORES 11/09/2019	XOVES 12/09/2019	VENRES 13/09/2019	VALOR NUTRICIONAL SEMANAL	
PASTA CON SALSA DE TOMATE	FABAS CON VERDURAS	ENSALADA MIXTA	ENSALADILLA	XUDIÁS CON ALLADA	ENERXIA (Kcal)	704,00
TORTILLA FRANCESA	SALMÓN Á PRANCHA	TENREIRA GUISADA	ABADEXO Á ROMANA	ALBÓNDIGAS EN SALSA DE TOMATE	Prot.(g)	25,93
ENSALADA	ARROZ	PASTA	PATACAS COCIDAS	PATACAS FRITAS	Lip.(g)	23,85
FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	HdeC (g)	97,20
<i>Almorzo e cea recomendada.</i>						
LUNS 16/09/2019	MARTES 17/09/2019	MÉRCORES 18/09/2019	XOVES 19/09/2019	VENRES 20/09/2019	VALOR	
ENSALADA MIXTA	BRECOL CON OVO COCIDO	SOPA DE PASTA	EMPANADA DE ATÚN	ENSALADA DE LEGUMES	ENERXIA (Kcal)	722,80
PASTA Á BOLOÑESA CON SALSA DE TOMATE	SALMÓN Á PRANCHA	PAVO EN SALSA DE TOMATE	FIDEOS CON AMEIXAS E GAMBAS	HAMBURGUESA EN SALSA	Prot.(g)	27,82
FROITA	PATACAS COCIDAS	ARROZ	PATACAS A XARDIÑEIRA	PATACAS FRITAS	Lip.(g)	26,56
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	HdeC (g)	92,07
<i>Almorzo e cea recomendada.</i>						
CACAO, ZUME E TORRADAS SANDWICH COMPLETO FROITA	LEITE, ZUME E CEREAIS LOMBO A PRANCHA LÁCTEO FROITA	LEITE, PAN E MARMELADA LURAS A PRANCHA LÁCTEO FROITA	IOGUR, CEREIAS E FROITA COSTELETA LÁCTEO FROITA	GALLETAS, IOGUR E FROITA ENSALADA CON ATUN E FROITOS SECOS LÁCTEO		
LUNS 23/09/2019	MARTES 24/09/2019	MÉRCORES 25/09/2019	XOVES 26/09/2019	VENRES 27/09/2019	VALOR	
ENSALADA MIXTA	LENTELLAS CON CHOURIZO	COLIFLOR CON OVO COCIDO E PATACAS	CREMA DE VERDURAS	ENSALADA PRIMAVERA	ENERXIA (Kcal)	877,00
ESTOFADO DE POLO CON FIDEOS	PESCADA COCIDA	ZORZA	POLO Ó FORNO	FILETE DE ATÚN	Prot.(g)	33,24
FROITA	PATACAS	PASTA SALTEADA	PATACAS FRITAS	ARROZ	Lip.(g)	30,64
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	HdeC (g)	115,88
<i>Almorzo e cea recomendada.</i>						
LEITE CON CEREAIS E FROITA LOMBO Ó FORNO LÁCTEO	CACAO, ZUME E TORRADAS SANDWICH COMPLETO FROITA	GALLETAS, IOGUR E FROITA PESCADA A PRANCHA LÁCTEO FROITA	LEITE CON BOLERIÁ E FROITA REVOLTO DE GAMBAS E ESPINACAS FROITA	LEITE, GALLETAS E MARMELADA PETUGA DE PAVO LÁCTEO		
LUNS 30/09/2019	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES	VALOR	
SOPA DE PASTA					ENERXIA (Kcal)	702,40
TORTILLA DE PATACA					Prot.(g)	22,64
TOMATE NATURAL					Lip.(g)	23,27
IOGUR					HdeC (g)	91,65
<i>Almorzo e cea recomendada.</i>						
CACAO, ZUME E TORRADAS ENSALADA CON ATÚN FROITA						