



COLEXIOS

SETEMBRO 10

COMER BIEN, CRECER MEJOR
Serunión
educa

LUNS	MARTES	MÉRCORES 1	XOVES 2	VENRES 3
		CREMA DE ESPINACAS ARROZ CON PAVO FROITA	CROQUETAS CON LEITUGA FILETE DE MERO PATACAS Ó VAPOR IOGUR	SOPA DE POLO LOMBO Á RIOXANA VERDURIÑAS SALTEADAS FROITA

Para o almorzo aconsellámoste

		CEREAIS E LEITE	LEITE CON BISCOITO	GALLETAS+IOGUR+FROITA
--	--	-----------------	--------------------	-----------------------

e para a cea

		PIZZA LÁCTEO	SÁNDWICH VEXETAL FROITA	FILETE DE POLO LÁCTEO
--	--	-----------------	----------------------------	--------------------------

LUNS 6	MARTES 7	MÉRCORES 8	XOVES 9	VENRES 10
CALDO DE REPOLO TORTILLA FRANCESA ENSALADA IOGUR	CREMA DE CENORIA TENREIRA GUISADA PATACAS E CHÍCHAROS FROITA	SPAGHETTI TOMATE E QUEIXO BACALLO ENSALADA IOGUR	PURÉ DE LENTELLAS POLO EMPANADO CENORIAS BABY FROITA	SOPA DO DÍA ALBÓNDIGAS CON TOMATE ARROZ TRES DELICIAS NATILLAS

Para o almorzo aconsellámoste

LEITE CON BOLLERÍA	CEREAIS E LEITE	GALLETAS+IOGUR+FROITA	CEREAIS+LEITE+ZUME	CEREAIS E LEITE
--------------------	-----------------	-----------------------	--------------------	-----------------

e para a cea

PEIXE Á PRANCHA FROITA	SÁNDWICH MIXTO LÁCTEO	FILETE Á PRANCHA FROITA	MACARRÓNS BOLOÑESA LÁCTEO	LURAS Á ROMANA FROITA
---------------------------	--------------------------	----------------------------	------------------------------	--------------------------

LUNS 13	MARTES 14	MÉRCORES 15	XOVES 16	VENRES 17
ENSALADA MIXTA SAN XACOBO PATACA GUISADA FROITA	CREMA DE VERDURAS ARROZ CON PAVO FLAN DE VAINILLA	FABAS ESTUFADAS PESCADA EMPANADA ENSALADA FROITA	SOPA DE CUS CUS MILANESA VERDURAS REFOGADAS IOGUR	SPAGHETTI TOMATE E QUEIXO FILETE DE TROITA ENSALADA FROITA

Para o almorzo aconsellámoste

CEREAIS E LEITE	GALLETAS+LEITE+FROITA	CEREAIS E LEITE	LEITE CON BISCOITO	CEREAIS+LEITE+ZUME
-----------------	-----------------------	-----------------	--------------------	--------------------

e para a cea

FILETE Á PRANCHA LÁCTEO	TORTILLA CON XAMÓN FROITA	LOMBO Á PRANCHA LÁCTEO	SÁNDWICH VEXETAL FROITA	FILETE DE POLO LÁCTEO
----------------------------	------------------------------	---------------------------	----------------------------	--------------------------

LUNS 20	MARTES 21	MÉRCORES 22	XOVES 23	VENRES 24
SOPA DO DÍA ALBÓNDIGAS XARDINEIRA ARROZ TRES DELICIAS IOGUR	ENSALADA DE PASTA F. PESCADA Á ROMANA PATACAS REFOGADAS FROITA	CREMA DE ESPINACAS TENREIRA GUISADA CON VERDURAS ACTIMEL	CALDO GALEGO POLO Ó FORNO PATACA PANADEIRA FROITA	LENTELLAS CASEIRAS BACALLO ENSALADA IOGUR

Para o almorzo aconsellámoste

CEREAIS+LEITE+ZUME	GALLETAS+IOGUR+FROITA	CEREAIS E LEITE	LEITE CON BOLLERÍA	CEREAIS E LEITE
--------------------	-----------------------	-----------------	--------------------	-----------------

e para a cea

ENSALADA DE ATÚN FROITA	PIZZA LÁCTEO	SÁNDWICH MIXTO FROITA	MILANESA LÁCTEO	LOMBO Á PRANCHA FROITA
----------------------------	-----------------	--------------------------	--------------------	---------------------------

LUNS 27	MARTES 28	MÉRCORES 29	XOVES 30	VENRES
SOPA DE FIDEOS LOMBO Á PRANCHA ENSALADA IOGUR	GARAVANZOS CON ACELGAS TORTILLA ESPAÑOLA JAMÓN YORK MELOCOTÓN EN XAROPE	CROQUETAS SALMÓN Ó FORNO CENORIAS E CHÍCHAROS FROITA	XUDÍAS GUISADAS CON BACON PAVO ESTUFADO PATACAS NATILLAS	

Para o almorzo aconsellámoste

LEITE CON BISCOITO	CEREAIS E LEITE	CEREAIS+LEITE+ZUME	CEREAIS E LEITE	
--------------------	-----------------	--------------------	-----------------	--

e para a cea

PEIXE FROITA	MACARRÓNS BOLOÑESA LÁCTEO	FILETE DE PORCO Á PRANCHA LÁCTEO	SÁNDWICH TRES EN UNO FROITA	
-----------------	------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------	--

COMER BIEN, CRECER MEJOR
Serunión
educa

Serunión garante que estes menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola O.M.S. (Organización Mundial da saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª Calidade.

Se desexa consultar o menú visite: www.serunion-educa.com

