

PP. ESCOLAPIOS CORUÑA

MENÚ MES DE NOVEMBRO 2018

LUNS 5	MARTES 6	MÉRCORES 7	XOVES 8	VENRES 9
<p>GUIISO DE GARAVANZOS</p> <p>FILETE DE POLO Á PRANCHA CON PATACAS FRITAS</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 664 PROT 44 LIP 18 HC 85</p>	<p>ESPAGUETES BOLONESA</p> <p>PESCADO DO DÍA CON GORNICIÓN DE VERDURAS</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 603 PROT 43 LIP 10 HC 86</p>	<p>CREMA DE CABAZA</p> <p>ALBÓNDEGAS CON PATACAS A CADRADIÑOS</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 620 PROT 19 LIP 35 HC 60</p>	<p>ARROZ CON VERDURAS</p> <p>PESCADO DO DÍA CON ENSALADA DE MAÍNZO, TALLOS DE ESPÁRRAGOS, CENORIA RELADA, ESCAROLA</p> <p>PAN IOGUR KCAL 647 PROT 34 LIP 20 HC 88</p>	<p>LENTELLAS CASEIRAS CON VERDURIÑAS</p> <p>OVOS VILLARROY CON ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 619 PROT 23 LIP 16 HC 99</p>
LUNS 12	MARTES 13	MÉRCORES 14	XOVES 15	VENRES 16
<p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>XAMÓN ASADO CON PATACAS FRITAS</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 604 PROT 26 LIP 24 HC 74</p>	<p>FABAS BRANCAS ESTUFADAS CON VERDURIÑAS</p> <p>PESCADO DO DÍA CON GORNICIÓN DE CHAMPIÑONS</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 611 PROT 40 LIP 14 HC 84</p>	<p>XUDÍAS VERDES REFOGADAS</p> <p>RAXO DE POLO CON GORNICIÓN DE ARROZ BRANCO</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 619 PROT 32 LIP 21 HC 83</p>	<p>MACARRÓNS CON VERDURAS</p> <p>PESCADO DO DÍA AO FORNO CON GORNICIÓN DE VERDURAS</p> <p>PAN IOGUR KCAL 600 PROT 39 LIP 14 HC 86</p>	<p>ARROZ TRES DELICIAS</p> <p>OVOS ROTOS</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 632 PROT 19 LIP 29 HC 76</p>
LUNS 19	MARTES 20	MÉRCORES 21	XOVES 22	VENRES 23
<p>CHÍCHAROS SALTEADOS CON XAMÓN E OVO COCIDO</p> <p>MILANESA DE POLO CON PATACAS FRITAS</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 625 PROT 35 LIP 24 HC 68</p>	<p>FIDEUÁ DE VERDURAS</p> <p>PESCADO DO DÍA CON ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, TALLOS DE ESPÁRRAGOS E PEPINILLOS</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 656 PROT 22 LIP 13 HC 98</p>	<p>SOPA DE COCIDO</p> <p>COCIDO GALEGO (GARAVANZOS, PATATA COCIDA, CARNE DE PORCO, CHOURIZO E REPOLO)</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 611 PROT 25 LIP 18 HC 92</p>	<p>PAELLA</p> <p>PESCADO DO DÍA CON GORNICIÓN DE VERDURAS</p> <p>PAN IOGUR KCAL 612 PROT 41 LIP 16 HC 80</p>	<p><u>SAN XOSÉ DE CALASANZ</u></p> <p>PATACAS DÚAS SALSAS</p> <p>CHEESEBURGUER</p> <p>FROITA DE TEMPADA</p>
LUNS 26	MARTES 27	MÉRCORES 28	XOVES 29	VENRES 30
<p>MACARRÓNS BOLONESA</p> <p>RAXO DE PORCO CON GORNICIÓN DE VERDURAS</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 629 PROT 35 LIP 14 HC 90</p>	<p>FABAS PINTAS CON ARROZ</p> <p>PESCADO DO DÍA CON ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, CENORIA RELADA</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 625 PROT 42 LIP 17 HC 66</p>	<p>CREMA DE CABAZA</p> <p>POLO ASADO CON PATACAS FRITAS</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 646 PROT 30 LIP 35 HC 52</p>	<p>LENTELLAS CASEIRAS CON VERDURAS</p> <p>PESCADO DO DÍA CON GORNICIÓN DE VERDURAS</p> <p>PAN IOGUR KCAL 614 PROT 32 LIP 28 HC 69</p>	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>TORTILLA DE PATACA</p> <p>PAN FROITA DE TEMPADA KCAL 679 PROT 18 LIP 26 HC 92</p>