

Menú Colexio Atalaya-Cantabria

Novembro 2020

asesoramento nutricional e dietético

maria lópez fernández tlf.: 650.441869 DNI 34875980E



LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
2 - Crema de cabaciña - Roti de pavo con arroz - logures variados ou froita	3 - Sopa - Pescada rebozada con pataca c. - Froita variada	4 - Empanadiñas - Guiso de tenreira con pasta - logures variados ou froita	5 - Sopa de pasta - Luras con arroz - Froita variada	6 - Xudías con xamón - Macarróns c/ carne e bechamel - logures variados ou froita
9 - Sopa - Ovos fritos con salchichas e puré de pataca - logures variados ou froita	10 - Crema de verduras - Chuleta de porco con pasta - Froita variada	11 - Lentellas - Paella - logures variados ou froita	12 - Garavanzos con chourizo - Salmón á prancha con pataca cocida - Froita variada	13 - Crema de cabaciña - Tenreira asada con puré de pataca - logures variados ou froita
16 - Crema de cenoria - Albóndegas con arroz - logures variados ou froita	17 - Caldo galego - Fideuá - Froita variada	18 - Lentellas - Pescada en salsa verde c/ pataca - logures variados ou froita	19 - Sopa de pasta - Lombo adobado con arroz - Froita variada	20 - Crema de verduras - Milanesa de polo c/ pataca frita - logures variados ou froita
23 - Lentellas - Pizza de xamón e queixo - logures variados ou froita	24 - Garavanzos vexetais - Linguado con pataca cocida - Froita variada	25 - Crema de cabaciña - Polo asado con pasta - logures variados ou froita	26 - Fabada - Tortilla con ensalada - Froita variada	27 - Crema de porro - Arroz con bacallau - logures variados ou froita
30 - Sopa de pasta - Pavo á prancha con arroz - logures variados ou froita				
OBSERVACIÓNS	- O peixe servírase sempre fileteado e sen espiñas. - Para beber os nenos disporán todos os días de auga e leite embotellada. - Os nenos que necesiten dieta especial por causa xustificada deberán pedila con antelación.			

Os menús presentados están valorados por unha profesional da Nutrición Humana e Dietética. A composición nutricional destes foi estudada e os parámetros obtidos atópanse dentro dos rangos establecidos segundo a normativa vixente para pacientes que non necesitan dieta específica.

Salceda de Caselas, a 31 de outubro do 2020.



Asdo: María López Fernández
 Nº colexiada: GA00028

