

|                          | IUNS  | MARTES  | MÉRCORES                                  | XOVES                                      | VENRES                        |
|--------------------------|---|---|---|--|-------------------------------|
| <b>ALMORZO</b>           | -200ml colacao<br>-120g iogur                   | -200ml colacao<br>-120g iogur                             | -200ml colacao<br>-120g iogur             | -200ml colacao<br>-120g iogur              | -200ml colacao<br>-120g iogur |
| <b>MERENDA<br/>MAÑÁ</b>  | -150g mazá con 25g<br>froitos secos             | -90g kiwi y 30g pan                                       | -55g ciruela<br>-35g buñuelos             | -120g fresas                               | -120g mandarina               |
| <b>XANTAR</b>            | -130g de tortilla de<br>fariña<br>-80g ensalada | -200g fideua de<br>marisco                                | -150g lentellas con<br>verduras           | -180g salmón al cava                       | -200g pasta a la<br>carbonara |
| <b>MERENDA<br/>TARDE</b> | -150g plátano<br>-50g biscoito de<br>chocolate  | -150g laranxa<br>-35g de galletas de<br>manteiga          | -140g de macedonia                        | -120g piña<br>-40g magdalenas<br>chocolate | -60g tortitas y 70g<br>uvas   |
| <b>CEA</b>               | -160g polo ao forno                             | -130g tortilla francesa<br>con queixo de rulo de<br>cabra | 100g empanadillas e<br>70g patacas bravas | 75g croquetas de<br>xamón                  | 210g crema de<br>verduras     |

