

menu semanal	luns	martes	mercores	xoves	venres
almorzo	• Leite (250 ml) • 2 tostadas (60 g) • Platan (120 g)	• Leite (250 ml) • 2 tostadas (60 g) • Platan (120 g)	• Leite (250 ml) • 2 tostadas (60 g) • Platan (120 g)	• Leite (250 ml) • 2 tostadas (60 g) • Platan (120 g)	• Leite (250 ml) • 2 tostadas (60 g) • Platan (120 g)
merenda de media mañá	• Maza (150 g) • Amendoas (30 g)	• Iogur de fresa (125 g)	• Maza (150 g) • Amendoas (30 g)	• Iogur de vainilla (125 g)	• Naranxa (150 g) • Noces (30 g)
xantar	• Peituga de polo (120 g) • Arroz cocido (200 g) • Ensalada variada (200 g)	• Lentellas (200 g) • Salmón (200 g)	• Sopa de fideos (500 ml) • Chuletas de terneira a plancha (350g) • Patacas fritas (200g)	• Brocoli (200 g) • Patatas cocidas (150 g)	• Hamburguesa casera (120 g)
merenda de tarde	• Iogur natural (125 g) • chocolate (10 g)	• Bocadillo de chourizo (250 g)	• Iogur de macedonia (125 g)	• Kinder bueno (45 g)	• Bocadillo de nocilla (250 g)
cea	• Tortilla (120 g) • Ensalada de tomate e mozzarella (200 g)	• Sopa de verduras (300 g) • Sándwich pequeno (100 g)	• Bacalao al pin pin (300 g)	• Merluza a plancha (250 g)	• Durum (300 g) • Patatas (100 g)

