**CENTROS PRIVADOS**

**MENÚ DIABETICO 1 CON SAL INVERNO CP 24/25**

Asdo. Jeaneth Torcat Beltrán
Dietista-Nutricionista
Lcda. Ciencia e Tecnoloxía dos alimentos.
Nº de colexiado 1990

| | LUNS 3 MAR. | MARTES 4 MAR. | MERCORES 5 MAR. | XOVES 6 MAR. | VENRES 7 MAR. | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| SEMANA 1 | LENTELLAS CON CENOURA C/SAL CP 24 | MACARRON INTEGRAL CON VERDURAS E QUEIXO C/SAL CP 24 | SOPA DE COCIDO CP 24 | ARROZ A CUBANA C/SAL CP 24 | CALDO DE GRELOS - HIPOCALORICO C/SAL CP 24 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE EN MOLLO VERDE E AMEIXAS C/SAL CP 24 | REDONDO DE PAVO ALIÑADO C/SAL CP 24 | LACON COCIDO CP 24 | FILETE DE POLO A GRELLA C/ SAL CP 24 | LASAÑA DE ATUN CP 24 | | | 2º PRATO |
| | PATACA COCIDA C/SAL CP 24 | COUVEFLOR C/SAL GORNICION CP 24 | GRELOS E CACHELOS - GORNICION C/SAL CP 24 | TOMATE ASADO CON ALLO E ALBAHACA C/SAL CP 24 | | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 10 MAR.** | **MARTES 11 MAR.** | **MERCORES 12 MAR.** | **XOVES 13 MAR.** | **VENRES 14 MAR.** | | | |
| SEMANA 2 | REPOLO COCIDO - HIPOCALORICO C/SAL CP 24 | SOPA DE PICADILLO C/SAL CP 24 | FABAS ESTOFADAS CON ACELGAS C/SAL CP 24 | PARRILLADA DE VERDURAS ASADAS C/SAL CP 24 | EMPANADA DE ATUN CP 24 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE AO FORNO ENCEBOLADO C/SAL CP 24 | POLO ASADO C/SAL CP 24 | PAVO RECHEO DE XAMON E QUEIXO C/SAL CP 24 | HAMBURGUESA EN MOLLO C/SAL CP 24 | GUISO DE GARAVANZOS CON VERDURAS C/SAL CP 24 | | | 2º PRATO |
| | CENOURA E CABACIÑO GORNICION C/SAL CP 24 | PATACA ONDULADA CP 24 | MENESTRA GORNICION C/SAL CP 24 | ARROZ BRANCO C/SAL CP 24 | | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 17 MAR.** | **MARTES 18 MAR.** | **MERCORES 19 MAR.** | **XOVES 20 MAR.** | **VENRES 21 MAR.** | | | |
| SEMANA 3 | CALDO DE BERZA GALEGA - HIPOCALORICO C/SAL CP 24 | CREMA DE BERENXENA C/SAL CP 24 | EMPEDRADO DE GARBANZOS E ARROZ C/SAL CP 24 | CALABACIN SALTEADO CON COGUMELOS C/SAL CP 24 | XUDIAS VERDES AO PROVENZAL C/SAL CP 24 | | | 1º PRATO |
| | MACARRONS CON ATUN C/SAL CP 24 | PEITUGA DE PERU AS FINAS HERBAS C/SAL CP 24 | CONTRAMUSLO DE POLO ASADO C/SAL CP 24 | BOLIÑAS DE VITELA C/SAL CP 24 | GUISO DE PEIXE SAPO, MEXILON E CHICHAROS C/SAL CP 24 | | | 2º PRATO |
| | | PATACA COCIDA C/SAL CP 24 | PARRILLADA DE VERDURAS ASADAS - GORNICION C/SAL CP 24 | ARROZ BRANCO C/SAL CP 24 | | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 24 MAR.** | **MARTES 25 MAR.** | **MERCORES 26 MAR.** | **XOVES 27 MAR.** | **VENRES 28 MAR.** | | | |
| SEMANA 4 | POTAXE DE FABAS PINTAS C/SAL CP 24 | GRELOS CON ALLADA E OVO C/SAL CP 24 | CREMA DE COUVEFLOR E PEMENTO ASADO C/SAL CP 24 | QUINOA DE VERDURAS C/SAL CP 24 | GUISO DE CABAZA E GARBANZOS C/SAL CP 24 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE A GRELLA C/SAL CP 24 | BOLOÑESA DE POLO C/SAL CP 24 | PAELLA DE POLO E VERDURAS C/SAL CP 24 | LOMBO DE PORCO AO FORNO CON MOLLO C/SAL CP 24 | PEIXE AO FORNO CD 21/22* | | | 2º PRATO |
| | MENESTRA GORNICION C/SAL CP 24 | | | PATACA COCIDA E ENSALADA TOMATE C/SAL CP 24 | ARROZ CON TOMATE - GORNICION C/SAL CP 24 | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |

**CENTROS PRIVADOS**

**MENÚ DIABETICO 1 CON SAL INVERNO CP 24/25**

Asdo. Jeaneth Torcat Beltrán
Dietista-Nutricionista
Lcda. Ciencia e Tecnoloxía dos alimentos.
Nº de colexiado 1990

| | LUNS 31 MAR. | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| SEMANA 5 | CALDO DE GRELOS - HIPOCALORICO C/SAL CP 24<br>PEIXE A GRELLA C/SAL CP 24<br>PURE DE PATACA E CENOURA C/SAL CP 24<br>FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |
| SEMANA 6 | | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |
| SEMANA 7 | | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |
| SEMANA 8 | | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |

**CENTROS PRIVADOS**

**MENÚ BASAL TRITURADO 3 CON SAL INVERNO CP 24/25**

Asdo. Jeaneth Torcat Beltrán
Dietista-Nutricionista
Lcda. Ciencia e Tecnoloxía dos alimentos.
Nº de colexiado 1990

| | LUNS 3 MAR. | MARTES 4 MAR. | MERCORES 5 MAR. | XOVES 6 MAR. | VENRES 7 MAR. | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| SEMANA 1 | TRITURADO DE LENTELLAS CON CENOURA C/SAL CD 19 | TRITURADO DE MACARRON INTEGRAL CON VERDURAS C/SAL CP 24 | TRITURADO DE SOPA DE COCIDO CD 21/22* | TRITURADO DE ARROZ A CUBANA C/SAL CP 24 | TRITURADO DE CALDO DE GRELOS - HIPOCALORICO C/SAL CP 24 | | | 1º PRATO |
| | TRITURADO DE PEIXE EN MOLLO VERDE E AMEIXAS CON PATACA COCIDA C/SAL CP 24 | TRITURADO DE REDONDO DE PAVO ALIÑADO CON COUVEFLOR C/SAL CP 24 | PERU AS FINAS HERBAS CON GRELOS E CACHELOSC/SAL CP 24 | TRITURADO DE POLO A GRELLA CON VERDURAS C/ SAL CP 24 | TRITURADO DE MACARRON CON ATUN C/SAL CD 21/22* | | | 2º PRATO |
| | | | | | | | | GORNICION |
| | TRITURADO DE FROITAS | IOGUR DESNATADO SABORES | TRITURADO DE FROITAS | IOGUR DESNATADO SABORES | TRITURADO DE FROITAS | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 10 MAR.** | **MARTES 11 MAR.** | **MERCORES 12 MAR.** | **XOVES 13 MAR.** | **VENRES 14 MAR.** | | | |
| SEMANA 2 | TRITURADO DE REPOLO COCIDO - HIPOCALORICO C/SAL CP 24 | TRITURADO DE SOPA DE PICADILLO C/SAL CP 24 | TRITURADO DE FABAS ESTOFADAS CON ACELGAS C/SAL CP 24 | TRITURADO DE PARRILLADA DE VERDURAS ASADAS C/SAL CP 24 | CREMA DE CENOURA ESPECIAL C/SAL CD 19 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE AO FORNO ENCEBOLADO CON CENOURA E CABACIÑO C/SAL CP 24 | TRITURADO DE POLO ASADO CON PATACA C/SAL CP 24 | TRITURADO DE PAVO RECHEO DE XAMON E QUEIXO CON MENESTRA C/SAL CP 24 | TRITURADO DE HAMBURGUESA EN MOLLO CON ARROZ C/SAL CP 24 | TRITURADO DE GARBANZOS CON VERDURAS E CARNE C/SAL CP 24 | | | 2º PRATO |
| | | | | | | | | GORNICION |
| | TRITURADO DE FROITAS | IOGUR DESNATADO SABORES | TRITURADO DE FROITAS | IOGUR DESNATADO SABORES | TRITURADO DE FROITAS | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 17 MAR.** | **MARTES 18 MAR.** | **MERCORES 19 MAR.** | **XOVES 20 MAR.** | **VENRES 21 MAR.** | | | |
| SEMANA 3 | TRITURADO DE CALDO DE GRELOS - HIPOCALORICO C/SAL CP 24 | CREMA DE BERENXENA C/SAL CP 24 | TRITURADO DE EMPEDRADO DE GARBANZOS E ARROZ C/SAL CP 24 | TRITURADO DE CALABACIN SALTEADO CON COGUMELOS C/SAL CP 24 | TRITURADO DE XUDIAS VERDES AO PROVENZAL C/SAL CD 21/22* | | | 1º PRATO |
| | TRITURADO DE MACARRONS CON ATUN C/SAL CD 19 | TRITURADO DE PEITUGA DE PERU AS FINAS HERBAS CON PATACA C/SAL CP 24 | POLO ASADO PARRILLADA DE VERDURAS ASADAS C/SAL CP 24 | TRITURADO DE BOLIÑAS DE VITELA CON ARROZ C/SAL CD 19 | TRITURADO DE PEIXE CON PATACA E CHICHAROS C/SAL CP 24 | | | 2º PRATO |
| | | | | | | | | GORNICION |
| | TRITURADO DE FROITAS | IOGUR DESNATADO SABORES | TRITURADO DE FROITAS | IOGUR DESNATADO SABORES | TRITURADO DE FROITAS | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 24 MAR.** | **MARTES 25 MAR.** | **MERCORES 26 MAR.** | **XOVES 27 MAR.** | **VENRES 28 MAR.** | | | |
| SEMANA 4 | TRITURADO DE POTAXE DE FABAS PINTAS C/SAL CP 24 | TRITURADO DE GRELOS CON ALLADA E OVO C/SAL CD 21/22 | CREMA DE COUVEFLOR E PEMENTO ASADO C/SAL CP 24 | CREMA DE CABACIÑO C/SAL CP 24 | TRITURADO DE GUISO DE CABAZA E GARBANZOS C/SAL CP 24 | | | 1º PRATO |
| | TRITURADO DE PEIXE A GRELLA CON MENESTRA C/SAL CP 24 | TRITURADO DE BOLOÑESA DE POLO C/SAL CP 24 | TRITURADO DE PAELLA DE POLO E VERDURAS C/SAL CD 21/22* | TRITURADO DE LOMBO DE PORCO AO FORNO CON MOLLO C/SAL CP 24 | TRITURADO DE BOLIÑAS DE PEIXE AZUL CON ARROZ E TOMATE C/SAL CD 21/22* | | | 2º PRATO |
| | | | | | | | | GORNICION |
| | TRITURADO DE FROITAS | IOGUR DESNATADO SABORES | TRITURADO DE FROITAS | IOGUR DESNATADO SABORES | TRITURADO DE FROITAS | | | SOBREMESA |

**CENTROS PRIVADOS**

**MENÚ BASAL TRITURADO 3 CON SAL INVERNO CP 24/25**

Asdo. Jeaneth Torcat Beltrán
Dietista-Nutricionista
Lcda. Ciencia e Tecnoloxía dos alimentos.
Nº de colexiado 1990

| | LUNS 31 MAR. | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| SEMANA 5 | TRITURADO DE CALDO DE GRELOS - HIPOCALORICO C/SAL CP 24<br>TRITURADO DE PEIXE A GRELLA CON PATACA C/SAL CP24<br>TRITURADO DE FROITAS | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |
| SEMANA 6 | | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |
| SEMANA 7 | | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |
| SEMANA 8 | | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |

**CENTROS PRIVADOS**

**MENÚ BASAL 6 B INVERNO CP 24/25**

Asdo. Jeaneth Torcat Beltrán
Dietista-Nutricionista
Lcda. Ciencia e Tecnoloxía dos alimentos.
Nº de colexiado 1990

| | LUNS 3 MAR. | MARTES 4 MAR. | MERCORES 5 MAR. | XOVES 6 MAR. | VENRES 7 MAR. | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| SEMANA 1 | TORTILLA FRANCESA CP 24 | MACARRONS INTEGRAL CON XAMON S/VERD CP 24 | SOPA DE FIDEOS S/VERD CP 24 | ARROZ A CUBANA S/VERD CP 24 | SOPA DE FIDEOS CON OVO S/VERD CP 24 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE A GRELLA S/VERD CP 24 | REDONDO DE PAVO S/VERD CP 24 | LACON COCIDO CP 24 | FILETE DE POLO A GRELLA S/VERD CP 24 | MACARRONS CON POLO S/VERD CP 24 | | | 2º PRATO |
| | PATACA COCIDA CP 24 | PURE DE PATACA NATURAL C/SAL CP 24 | CACHELOS CD 21/22* | PATACA COCIDA CP 24 | | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 10 MAR.** | **MARTES 11 MAR.** | **MERCORES 12 MAR.** | **XOVES 13 MAR.** | **VENRES 14 MAR.** | | | |
| SEMANA 2 | MACARRONS CON POLO S/VERD CP 24 | SOPA DE FIDEOS CON OVO S/VERD CP 24 | TORTILLA FRANCESA CP 24 | SOPA DE ESTRELIÑAS S/VERD CP 24 | TORTILLA FRANCESA CON XAMON S/VERD CP 24 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE AO FORNO S/VERD CP 24 | POLO ASADO S/HORT. CP 24 | PAVO RECHEO DE XAMON E QUEIXO C/SAL CP 24 | HAMBURGUESA A GRELLA CD 21/22* | POLO AO FORNO S/VERD CP 24 | | | 2º PRATO |
| | PATACA COCIDA CP 24 | PATACA ONDULADA CP 24 | PATACA COCIDA CP 24 | ARROZ BRANCO CP 24 | PATACA COCIDA CP 24 | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 17 MAR.** | **MARTES 18 MAR.** | **MERCORES 19 MAR.** | **XOVES 20 MAR.** | **VENRES 21 MAR.** | | | |
| SEMANA 3 | TORTILLA FRANCESA CP 24 | SOPA DE FIDEOS S/VERD CP 24 | SOPA DE ESTRELIÑAS S/VERD CP 24 | PASTA CON XAMON S/VERD CP 24 | TORTILLA FRANCESA CON XAMON S/VERD CP 24 | | | 1º PRATO |
| | MACARRONS CON POLO S/VERD CP 24 | PERU A GRELLA S/VERD CP 24 | POLO ASADO S/HORT. CP 24 | BOLIÑAS DE VITELA S/VERD. HORT. LEG. ARROZ E LEITE CD 19 | PEIXE AO VAPOR S/VERD CP 24 | | | 2º PRATO |
| | | IOGUR DESNATADO SABORES | PATACA ASADA CP 24 | ARROZ BRANCO CP 24 | PATACA COCIDA CP 24 | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 24 MAR.** | **MARTES 25 MAR.** | **MERCORES 26 MAR.** | **XOVES 27 MAR.** | **VENRES 28 MAR.** | | | |
| SEMANA 4 | SOPA DE FIDEOS CON OVO S/VERD CP 24 | TORTILLA FRANCESA CON XAMON S/VERD CP 24 | SOPA DE FIDEOS S/VERD CP 24 | TORTILLA FRANCESA CP 24 | TALLARINS CON PERU S/HORT CP 24 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE A GRELLA CP 24 | MACARRONS CON POLO S/VERD CP 24 | RAXO DE POLO S/VERD CP 24 | LOMBO DE PORCO AO FORNO S/VERD CP 24 | PEIXE A GRELLA S/VERD CP 24 | | | 2º PRATO |
| | PATACA COCIDA CP 24 | | ARROZ BRANCO C/SAL CP 24 | PATACA COCIDA CP 24 | ARROZ AO VAPOR CP 24 | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |

**CENTROS PRIVADOS**

**MENÚ BASAL 6 B  INVERNO CP 24/25**

Asdo. Jeaneth Torcat Beltrán
Dietista-Nutricionista
Lcda. Ciencia e Tecnoloxía dos alimentos.
Nº de colexiado 1990

| | LUNS 31 MAR. | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| SEMANA 5 | SOPA DE FIDEOS S/VERD CP 24<br>PEIXE A GRELLA S/VERD CP 24<br>PURE DE PATACA CP 24<br>FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |
| SEMANA 6 | | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |
| SEMANA 7 | | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |
| SEMANA 8 | | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |

**CENTROS PRIVADOS**

**MENÚ DIABETICO 6 C INVERNO CP 24/25**

Asdo. Jeaneth Torcat Beltrán
Dietista-Nutricionista
Lcda. Ciencia e Tecnoloxía dos alimentos.
Nº de colexiado 1990

| | LUNS 3 MAR. | MARTES 4 MAR. | MERCORES 5 MAR. | XOVES 6 MAR. | VENRES 7 MAR. | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| SEMANA 1 | SOPA DE ESTRELIÑAS S/VERD CP 24 | MACARRONS INTEGRAL CON XAMON S/VERD CP 24 | SOPA DE FIDEOS S/VERD CP 24 | ARROZ A CUBANA S/VERD CP 24 | SOPA DE FIDEOS CON OVO S/VERD CP 24 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE EN MOLLO VERDE E AMEIXAS C/SAL CP 24 | REDONDO DE PAVO ALIÑADO C/SAL CP 24 | LACON COCIDO CP 24 | FILETE DE POLO A GRELLA C/ SAL CP 24 | LASAÑA DE ATUN CP 24 | | | 2º PRATO |
| | PATACA COCIDA C/SAL CP 24 | COUVEFLOR C/SAL GORNICION CP 24 | GRELOS E CACHELOS - GORNICION C/SAL CP 24 | TOMATE ASADO CON ALLO E ALBAHACA C/SAL CP 24 | | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 10 MAR.** | **MARTES 11 MAR.** | **MERCORES 12 MAR.** | **XOVES 13 MAR.** | **VENRES 14 MAR.** | | | |
| SEMANA 2 | MACARRONS CON POLO S/VERD CP 24 | SOPA DE FIDEOS CON OVO S/VERD CP 24 | TORTILLA FRANCESA CP 24 | SOPA DE ESTRELIÑAS S/VERD CP 24 | TORTILLA FRANCESA CON XAMON S/VERD CP 24 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE AO FORNO ENCEBOLADO C/SAL CP 24 | POLO ASADO C/SAL CP 24 | PAVO RECHEO DE XAMON E QUEIXO C/SAL CP 24 | HAMBURGUESA EN MOLLO C/SAL CP 24 | GUISO DE GARAVANZOS CON VERDURAS C/SAL CP 24 | | | 2º PRATO |
| | CENOURA E CABACIÑO GORNICION C/SAL CP 24 | PATACA ONDULADA CP 24 | MENESTRA GORNICION C/SAL CP 24 | ARROZ BRANCO C/SAL CP 24 | | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 17 MAR.** | **MARTES 18 MAR.** | **MERCORES 19 MAR.** | **XOVES 20 MAR.** | **VENRES 21 MAR.** | | | |
| SEMANA 3 | TORTILLA FRANCESA CP 24 | SOPA DE FIDEOS S/VERD CP 24 | SOPA DE ESTRELIÑAS S/VERD CP 24 | PASTA CON XAMON S/VERD CP 24 | TORTILLA FRANCESA CON XAMON CD 21/22* | | | 1º PRATO |
| | MACARRONS CON ATUN C/SAL CP 24 | PEITUGA DE PERU AS FINAS HERBAS C/SAL CP 24 | CONTRAMUSLO DE POLO ASADO C/SAL CP 24 | BOLIÑAS DE VITELA C/SAL CP 24 | GUISO DE PEIXE SAPO, MEXILON E CHICHAROS C/SAL CP 24 | | | 2º PRATO |
| | | PATACA COCIDA C/SAL CP 24 | PARRILLADA DE VERDURAS ASADAS - GORNICION C/SAL CP 24 | ARROZ BRANCO C/SAL CP 24 | | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 24 MAR.** | **MARTES 25 MAR.** | **MERCORES 26 MAR.** | **XOVES 27 MAR.** | **VENRES 28 MAR.** | | | |
| SEMANA 4 | SOPA DE FIDEOS CON OVO S/VERD CP 24 | TORTILLA FRANCESA CON XAMON S/VERD CP 24 | SOPA DE FIDEOS S/VERD CP 24 | TORTILLA FRANCESA CP 24 | TALLARINS CON PERU S/HORT CP 24 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE A GRELLA C/SAL CP 24 | BOLOÑESA DE POLO C/SAL CP 24 | PAELLA DE POLO E VERDURAS C/SAL CP 24 | LOMBO DE PORCO AO FORNO CON MOLLO C/SAL CP 24 | PEIXE AO FORNO C/SAL CD 21/22* | | | 2º PRATO |
| | MENESTRA GORNICION C/SAL CP 24 | | | PATACA COCIDA E ENSALADA TOMATE C/SAL CP 24 | ARROZ CON TOMATE - GORNICION C/SAL CP 24 | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |

**CENTROS PRIVADOS**

**MENÚ DIABETICO 6 C INVERNO CP 24/25**

Asdo. Jeaneth Torcat Beltrán
Dietista-Nutricionista
Lcda. Ciencia e Tecnoloxía dos alimentos.
Nº de colexiado 1990

| | LUNS 31 MAR. | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| SEMANA 5 | SOPA DE FIDEOS S/VERD CP 24 | | | | | | | 1º PRATO |
| | PEIXE A GRELLA C/SAL CP 24 | | | | | | | 2º PRATO |
| | PURE DE PATACA E CENOURA C/SAL CP 24 | | | | | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | | | | | SOBREMESA |
| SEMANA 6 | | | | | | | | 1º PRATO |
| | | | | | | | | 2º PRATO |
| | | | | | | | | GORNICION |
| | | | | | | | | SOBREMESA |
| SEMANA 7 | | | | | | | | 1º PRATO |
| | | | | | | | | 2º PRATO |
| | | | | | | | | GORNICION |
| | | | | | | | | SOBREMESA |
| SEMANA 8 | | | | | | | | 1º PRATO |
| | | | | | | | | 2º PRATO |
| | | | | | | | | GORNICION |
| | | | | | | | | SOBREMESA |

**CENTROS PRIVADOS**

**MENÚ DIABETICO 7 CON SAL INVERNO CP 24/25**

Asdo. Jeaneth Torcat Beltrán
Dietista-Nutricionista
Lcda. Ciencia e Tecnoloxía dos alimentos.
Nº de colexiado 1990

| | LUNS 3 MAR. | MARTES 4 MAR. | MERCORES 5 MAR. | XOVES 6 MAR. | VENRES 7 MAR. | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| SEMANA 1 | TORTILLA FRANCESA CP 24 | MACARRON INTEGRAL CON VERDURAS E QUEIXO C/SAL CP 24 | SOPA DE COCIDO CP 24 | ARROZ A CUBANA C/SAL CP 24 | CALDO DE GRELOS - HIPOCALORICO S/LEGUMES C/SAL CP 24 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE A GRELLA S/VERD CP 24 | REDONDO DE PAVO ALIÑADO C/SAL CP 24 | LACON COCIDO CP 24 | FILETE DE POLO A GRELLA C/ SAL CP 24 | LASAÑA DE ATUN CP 24 | | | 2º PRATO |
| | PATACA COCIDA C/SAL CP 24 | COUVEFLOR C/SAL GORNICION CP 24 | GRELOS E CACHELOS - GORNICION C/SAL CP 24 | TOMATE ASADO CON ALLO E ALBAHACA C/SAL CP 24 | | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 10 MAR.** | **MARTES 11 MAR.** | **MERCORES 12 MAR.** | **XOVES 13 MAR.** | **VENRES 14 MAR.** | | | |
| SEMANA 2 | REPOLO COCIDO - HIPOCALORICO C/SAL CP 24 | SOPA DE PICADILLO C/SAL CP 24 | TORTILLA FRANCESA CP 24 | PARRILLADA DE VERDURAS ASADAS C/SAL CP 24 | EMPANADA DE ATUN CP 24 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE AO FORNO ENCEBOLADO C/SAL CP 24 | POLO ASADO C/SAL CP 24 | PAVO RECHEO DE XAMON E QUEIXO C/SAL CP 24 | HAMBURGUESA EN MOLLO C/SAL CP 24 | POLO AO FORNO S/VERD CP 24 | | | 2º PRATO |
| | CENOURA E CABACIÑO GORNICION C/SAL CP 24 | PATACA ONDULADA CP 24 | MENESTRA GORNICION C/SAL CP 24 | ARROZ BRANCO C/SAL CP 24 | PATACA ASADA CP 24 | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 17 MAR.** | **MARTES 18 MAR.** | **MERCORES 19 MAR.** | **XOVES 20 MAR.** | **VENRES 21 MAR.** | | | |
| SEMANA 3 | CALDO DE BERZA GALEGA - HIPOCALORICO S/LEGUMES C/SAL CP 24 | CREMA DE BERENXENA C/SAL CP 24 | SOPA DE ESTRELIÑAS S/VERD CP 24 | CALABACIN SALTEADO CON COGUMELOS C/SAL CP 24 | XUDIAS VERDES AO PROVENZAL C/SAL CP 24 | | | 1º PRATO |
| | MACARRONS CON ATUN C/SAL CP 24 | PEITUGA DE PERU AS FINAS HERBAS C/SAL CP 24 | CONTRAMUSLO DE POLO ASADO C/SAL CP 24 | BOLIÑAS DE VITELA C/SAL CP 24 | PEIXE AO VAPOR S/VERD CP 24 | | | 2º PRATO |
| | | PATACA COCIDA C/SAL CP 24 | PARRILLADA DE VERDURAS ASADAS - GORNICION C/SAL CP 24 | ARROZ BRANCO C/SAL CP 24 | PATACA COCIDA CP 24 | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 24 MAR.** | **MARTES 25 MAR.** | **MERCORES 26 MAR.** | **XOVES 27 MAR.** | **VENRES 28 MAR.** | | | |
| SEMANA 4 | SOPA DE FIDEOS CON OVO S/VERD CP 24 | GRELOS CON ALLADA E OVO C/SAL CP 24 | CREMA DE COUVEFLOR E PEMENTO ASADO C/SAL CP 24 | CREMA DE HORTALIZAS C/SAL CP 24 | CREMA DE CABAZA CP 24 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE A GRELLA C/SAL CP 24 | BOLOÑESA DE POLO C/SAL CP 24 | RAXO DE POLO S/VERD CP 24 | LOMBO DE PORCO AO FORNO CON MOLLO C/SAL CP 24 | BUÑUELOS DE BACALLAU CD 21/22* | | | 2º PRATO |
| | MENESTRA GORNICION C/SAL CP 24 | | ARROZ BRANCO C/SAL CP 24 | PATACA COCIDA E ENSALADA TOMATE C/SAL CP 24 | ARROZ CON TOMATE - GORNICION C/SAL CP 24 | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |

**CENTROS PRIVADOS**

**MENÚ DIABETICO 7 CON SAL INVERNO CP 24/25**

Asdo. Jeaneth Torcat Beltrán
Dietista-Nutricionista
Lcda. Ciencia e Tecnoloxía dos alimentos.
Nº de colexiado 1990

| | LUNS 31 MAR. | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| SEMANA 5 | CALDO DE GRELOS - HIPOCALORICO S/LEGUMES C/SAL CP 24<br>PEIXE A GRELLA C/SAL CP 24<br>PURE DE PATACA E CENOURA C/SAL CP 24<br>FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |
| SEMANA 6 | | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |
| SEMANA 7 | | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |
| SEMANA 8 | | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |

**CENTROS PRIVADOS**

**MENÚ DIABETICO 8 B INVERNO CP 24/25**

Asdo. Jeaneth Torcat Beltrán
Dietista-Nutricionista
Lcda. Ciencia e Tecnoloxía dos alimentos.
Nº de colexiado 1990

| | LUNS 3 MAR. | MARTES 4 MAR. | MERCORES 5 MAR. | XOVES 6 MAR. | VENRES 7 MAR. | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| SEMANA 1 | SOPA DE FIDEOS CON VERDURAS S/GLUTEN CP 24 | MACARRON CON VERDURAS E QUEIXO S/GLUTEN CP 24 | SOPA DE COCIDO S/ GLUTEN CD 19 | ARROZ A CUBANA CP 24 | CALDO DE GRELOS - HIPOCALORICO CP 24 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE EN MOLLO VERDE E AMEIXAS CP 24 | REDONDO DE PAVO ALIÑADO CP 24 | LACON COCIDO CP 24 | FILETE DE POLO A GRELLA CP 24 | MACARRONS CON ATUN S/GLUTEN CD 21/22* | | | 2º PRATO |
| | PATACA COCIDA CP 24 | COUVEFLOR GORNICION CP 24 | GRELOS E CACHELOS - GORNICION CP 24 | TOMATE ASADO CON ALLO E ALBAHACA CP 24 | | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 10 MAR.** | **MARTES 11 MAR.** | **MERCORES 12 MAR.** | **XOVES 13 MAR.** | **VENRES 14 MAR.** | | | |
| SEMANA 2 | REPOLO COCIDO - HIPOCALORICO CP 24 | SOPA DE PICADILLO S/GLUTEN CP 24 | FABAS ESTOFADAS CON ACELGAS CP 24 | PARRILLADA DE VERDURAS ASADAS CP 24 | TORTILLA FRANCESA CON XAMON S/VERD CP 24 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE AO FORNO ENCEBOLADO CP 24 | POLO ASADO CP 24 | PAVO RECHEO DE XAMON E QUEIXO CP 24 | HAMBURGUESA EN MOLLO CP 24 | GUISO DE GARAVANZOS CON VERDURAS CP 24 | | | 2º PRATO |
| | CENOURA E CABACIÑO GORNICION CP 24 | PATACA COCIDA CP 24 | MENESTRA GORNICION CP 24 | ARROZ BRANCO CP 24 | | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 17 MAR.** | **MARTES 18 MAR.** | **MERCORES 19 MAR.** | **XOVES 20 MAR.** | **VENRES 21 MAR.** | | | |
| SEMANA 3 | CALDO DE BERZA GALEGA - HIPOCALORICO CP 24 | CREMA DE BERENXENA CP 24 | EMPEDRADO DE GARBANZOS E ARROZ CP 24 | CALABACIN SALTEADO CON COGUMELOS CP 24 | XUDIAS VERDES AO PROVENZAL CP 24 | | | 1º PRATO |
| | MACARRONS CON ATUN S/GLUTEN CD 21/22* | PEITUGA DE PERU AS FINAS HERBAS CP 24 | CONTRAMUSLO DE POLO ASADO CP 24 | RAXO DE VITELA CON PEMENTOS C/SAL CP 24/25 | GUISO DE PEIXE SAPO, MEXILON E CHICHAROS CP 24 | | | 2º PRATO |
| | | PATACA COCIDA CP 24 | PARRILLADA DE VERDURAS ASADAS - GORNICION CP 24 | ARROZ BRANCO CP 24 | | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 24 MAR.** | **MARTES 25 MAR.** | **MERCORES 26 MAR.** | **XOVES 27 MAR.** | **VENRES 28 MAR.** | | | |
| SEMANA 4 | POTAXE DE FABAS PINTAS CP 24 | GRELOS CON ALLADA E OVO CP 24 | CREMA DE COUVEFLOR E PEMENTO ASADO CP 24 | CREMA DE CABACIÑO CP 24 | GUISO DE CABAZA E GARBANZOS CP 24 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE A GRELLA C/SAL CP 24 | BOLOÑESA DE POLO S/GLUTEN CP 24 | PAELLA DE POLO E VERDURAS CP 24 | LOMBO DE PORCO O FORNO CON MOLLO CP 24 | PEIXE A GRELLA S/VERD CP 24 | | | 2º PRATO |
| | MENESTRA GORNICION CP 24 | | | PATACA COCIDA E ENSALADA TOMATE CP 24 | ARROZ CON TOMATE - GORNICION CP 24 | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |

**CENTROS PRIVADOS**

**MENÚ DIABETICO 8 B INVERNO CP 24/25**

Asdo. Jeaneth Torcat Beltrán
Dietista-Nutricionista
Lcda. Ciencia e Tecnoloxía dos alimentos.
Nº de colexiado 1990

| | LUNS 31 MAR. | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| SEMANA 5 | CALDO DE GRELOS - HIPOCALORICO CP 24<br>PEIXE A GRELLA CP 24<br>PURE DE PATACA E CENOURA CP 24<br>FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |
| SEMANA 6 | | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |
| SEMANA 7 | | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |
| SEMANA 8 | | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |

**CENTROS PRIVADOS**

**MENÚ DIABETICO 13 A CON SAL INVERNO CP 24/25**

Asdo. Jeaneth Torcat Beltrán
Dietista-Nutricionista
Lcda. Ciencia e Tecnoloxía dos alimentos.
Nº de colexiado 1990

| | LUNS 3 MAR. | MARTES 4 MAR. | MERCORES 5 MAR. | XOVES 6 MAR. | VENRES 7 MAR. | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| SEMANA 1 | LENTELLAS CON CENOURA C/SAL CP 24 | MACARRON INTEGRAL CON VERDURAS E QUEIXO C/SAL CP 24 | SOPA DE COCIDO CP 24 | TORTILLA FRANCESA DE CHAMPIÑONS CD 19 | CALDO DE GRELOS - HIPOCALORICO C/SAL CP 24 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE EN MOLLO VERDE E AMEIXAS C/SAL CP 24 | REDONDO DE PAVO ALIÑADO C/SAL CP 24 | PEITUGA DE PERU AS FINAS HERBAS C/SAL CP 24 | FILETE DE POLO A GRELLA C/ SAL CP 24 | PEIXE A GRELLA CP 24 | | | 2º PRATO |
| | CABACIÑO - GORNICION C/SAL CD 21/22* | COUVEFLOR C/SAL GORNICION CP 24 | GRELOS E CACHELOS - GORNICION C/SAL CP 24 | TOMATE ASADO CON ALLO E ALBAHACA C/SAL CP 24 | MENESTRA GORNICION C/SAL CP 24 | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 10 MAR.** | **MARTES 11 MAR.** | **MERCORES 12 MAR.** | **XOVES 13 MAR.** | **VENRES 14 MAR.** | | | |
| SEMANA 2 | REPOLO COCIDO - HIPOCALORICO C/SAL CP 24 | SOPA DE PICADILLO C/SAL CP 24 | FABAS ESTOFADAS CON ACELGAS C/SAL CP 24 | PARRILLADA DE VERDURAS ASADAS C/SAL CP 24 | EMPANADA DE ATUN CP 24 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE AO FORNO ENCEBOLADO C/SAL CP 24 | POLO ASADO C/SAL CP 24 | PAVO RECHEO DE XAMON E QUEIXO C/SAL CP 24 | HAMBURGUESA EN MOLLO C/SAL CP 24 | POLO AO FORNO S/VERD CP 24 | | | 2º PRATO |
| | CENOURA E CABACIÑO GORNICION C/SAL CP 24 | ENSALADA DE TOMATE C/SAL CD 21/22* | MENESTRA GORNICION C/SAL CP 24 | ARROZ INTEGRAL C/SAL CP 24 | CHAMPIÑONS SALTEADOS GORNICION C/SAL CP 24 | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 17 MAR.** | **MARTES 18 MAR.** | **MERCORES 19 MAR.** | **XOVES 20 MAR.** | **VENRES 21 MAR.** | | | |
| SEMANA 3 | CALDO DE BERZA GALEGA - HIPOCALORICO C/SAL CP 24 | CREMA DE BERENXENA C/SAL CP 24 | SOPA DE ESTRELIÑAS S/VERD CP 24 | CALABACIN SALTEADO CON COGUMELOS C/SAL CP 24 | XUDIAS VERDES AO PROVENZAL C/SAL CP 24 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE A GRELLA CP 24 | PEITUGA DE PERU AS FINAS HERBAS C/SAL CP 24 | CONTRAMUSLO DE POLO ASADO C/SAL CP 24 | BOLIÑAS DE VITELA C/SAL CP 24 | GUISO DE PEIXE SAPO, MEXILON E CHICHAROS C/SAL CP 24 | | | 2º PRATO |
| | XUDIAS GORNICION C/SAL CD 21/22* | ENSALADA DE TOMATE C/SAL CD 21/22* | PARRILLADA DE VERDURAS ASADAS - GORNICION C/SAL CP 24 | ARROZ INTEGRAL C/SAL CP 24 | | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |
| | **LUNS 24 MAR.** | **MARTES 25 MAR.** | **MERCORES 26 MAR.** | **XOVES 27 MAR.** | **VENRES 28 MAR.** | | | |
| SEMANA 4 | POTAXE DE FABAS PINTAS C/SAL CP 24 | GRELOS CON ALLADA E OVO C/SAL CP 24 | CREMA DE COUVEFLOR E PEMENTO ASADO C/SAL CP 24 | QUINOA DE VERDURAS C/SAL CP 24 | GUISO DE CABAZA E GARBANZOS C/SAL CP 24 | | | 1º PRATO |
| | PEIXE A GRELLA C/SAL CP 24 | FILETE DE POLO A GRELLA C/ SAL CP 24 | RAXO DE POLO S/VERD CP 24 | LOMBO DE PORCO AO FORNO CON MOLLO C/SAL CP 24 | PEIXE AO FORNO C/SAL CD 21/22* | | | 2º PRATO |
| | MENESTRA GORNICION C/SAL CP 24 | CHAMPIÑONS SALTEADOS C/SAL CD 21/22* | ARROZ INTEGRAL C/SAL CP 24 | PATACA COCIDA E ENSALADA TOMATE C/SAL CP 24 | ARROZ INTEGRAL CON TOMATE - GORNICION C/SAL CP 24 | | | GORNICION |
| | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | IOGUR DESNATADO SABORES | FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | SOBREMESA |

**CENTROS PRIVADOS**

**MENÚ DIABETICO 13 A CON SAL INVERNO CP 24/25**

Asdo. Jeaneth Torcat Beltrán
Dietista-Nutricionista
Lcda. Ciencia e Tecnoloxía dos alimentos.
Nº de colexiado 1990

| | LUNS 31 MAR. | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| SEMANA 5 | CALDO DE GRELOS - HIPOCALORICO C/SAL CP 24<br>PEIXE A GRELLA C/SAL CP 24<br>CABACIÑO GORNICION C/SAL CP 24<br>FROITA DE TEMPADA /NAVE | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |
| SEMANA 6 | | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |
| SEMANA 7 | | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |
| SEMANA 8 | | | | | | | | 1º PRATO<br>2º PRATO<br>GORNICION<br>SOBREMESA |