

A alimentación dos meniños é un dos puntos de máis preocupación dos pais.

Dentro do noso **Programa Educativo "Comer ben, crecer mellor"**, somos conscientes de que unha boa nutrición nos primeiros anos de vida ten un efecto profundo na saúde, así como na habilidade para aprender, comunicarse e socializarse efectivamente.

Nesta idade os "peques" precisan cariño e unha dose extra de paciencia e bo humor. Por este motivo **son as súas propias titoras as encargadas de levar a cabo esta labor**, o que lles proporciona seguridade e confianza.

Os pais reciben todos os días información puntual sobre a alimentación dos seus fillos no **caderno viaxeiro**.

Control de Calidade externo que garante a fiabilidade dun bo Servizo.

Elaboramos os nosos menús, seguindo receitas tradicionais da nosa cociña con produtos de primeira Calidade e atendemos **menús especiais e de dieta**.

Facemos menús de calidade, sans e nutricionais, seguindo a guía de axuda da Xunta de Galicia e da OMS.

Unha boa alimentación é a mellor menciña preventiva :)

CALENDARIO



ABRIL 2024						
L	M	M	X	V	S	D
	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					



menú nº 1
menú nº 2
menú nº 3
menú nº 4
menú nº 1

MAIO 2024						
L	M	M	X	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		




















menú nº 1
menú nº 2
menú nº 3
menú nº 4
menú nº 1

XUÑO 2024						
L	M	M	X	V	S	D
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

menú nº 2
menú nº 3
menú nº 4
menú nº 1



Felices
Vacacións !

		MERENDA MAÑÁ	COMIDA	SOBREMESA	MERENDA
MENÚ Nº 1 e Nº 3	Luns	Iogur 	Puré con patacas, espinacas, tomate e ovo 	Froita	Froitas variadas
	Martes	Iogur 	Xudías verdes con tomate, porro, patacas e carne de tenreira	Froita	Froitas variadas
	Mércores	Froita	Crema con cabaza, pasta, chícharos e pescada  	Iogur 	Froitas variadas
	Xoves	Iogur 	Arroz con chícharos, cenoria e peituga de polo	Froita	Froitas variadas
	Venres	Froita	Puré de cenorias, patacas e pescada 	Iogur 	Froitas variadas
		MERENDA MAÑÁ	COMIDA	SOBREMESA	MERENDA
MENÚ Nº 2 e Nº 4	Luns	Iogur 	Arroz con cabaciña, brócoli e ovo 	Froita	Froitas variadas
	Martes	Froita	Puré con verduras, pasta e tenreira 	Iogur 	Froitas variadas
	Mércores	Iogur 	Puré con cenoria, cabaza, arroz e pescada 	Froita	Froitas variadas
	Xoves	Froita	Puré con lentellas, cenorias, patacas e polo 	Iogur 	Froitas variadas
	Venres	Iogur 	Puré con patacas, acelgas e pescada 	Froita	Froitas variadas

*6-10 meses os purés non levarán nin peixe nin ovo

Menú de 1-3 anos **PRIMAVERA**

A alimentación dos meniños é un dos puntos de máis preocupación dos pais.

Dentro do noso **Programa Educativo "Comer ben, crecer mellor"**, somos conscientes de que unha boa nutrición nos primeiros anos de vida ten un efecto profundo na saúde, así como na habilidade para aprender, comunicarse e socializarse efectivamente.

Xunto cos Pais, a Escola é responsable de ensinar aos nenos que unha alimentación equilibrada lles axuda a **manterse sans e medrar**.

Elaboramos os nosos menús, seguindo receitas tradicionais da nosa cociña e con produtos de primeira Calidade.

Control de Calidade externo que garante a fiabilidade dun bo Servizo.

Informamos trimestralmente aos pais, coa descrición detallada dos menús e atendemos **menús especiais e de dieta**.

O noso **Programa Educativo "Comer ben, crecer mellor"**, inclúe: explicar aos nenos as propiedades nutritivas dos distintos alimentos, a educación na mesa e a hixiene persoal.

Facemos menús de calidade, sans e nutricionais, seguindo a guía de axuda da Xunta de Galicia e da OMS.

Unha boa alimentación é a mellor menciña preventiva :)



CALENDARIO



★ ABRIL 2024 ☀️						
L	M	M	X	V	S	D
	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

menú n° 1
menú n° 2
menú n° 3
menú n° 4
menú n° 1

MAIO 2024						
L	M	M	X	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

menú n° 1
menú n° 2
menú n° 3
menú n° 4
menú n° 1

+ XUÑO 2024 +						
L	M	M	X	V	S	D
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

menú n° 2
menú n° 3
menú n° 4
menú n° 1



HELLO
Spring

Felices
Vacacións !

		MEDIA MAÑÁ	PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA	MERENDA
MENU No 1	Luns	logur	Sopa caseira con brócoli	Tortilla española con tomate.	Froita	Froita Queixiño c/ pan
	Martes	logur	Crema de verduras.	Tenreira guisada con pasta.	Froita	Froita -pan pavo
	Mércores	Froita	Arroz tres delicias (arroz, ovo, chícharos e pavo).	Luras a romana con ensalada de (tomate, leituga, cebola e olivas).	logur	Froita pan queixo
	Xoves	logur	Crema de cabaciña, allo porro e cenoria.	Polo asado con patacas fritas.	Froita	Froita Pan e pavo
	Venres	Froita	Pizza de pavo e queixo masa caseira.	Milanesa de pescada con pataca cocida e chícharos.	logur	Froita pan queixo
		MEDIA MAÑÁ	PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA	MERENDA
MENU No 2	Luns	logur	Sopa de pasta con allos porros.	Salchichas de pavo, ovo e patacas fritas.	Froita	Froita Pan- queixo
	Martes	Queixiño c/ pan	Lentellas guisadas con vexetais.	Bonito ó forno con pasta vexetal.	logur	Froita Pan pavo
	Mércores	logur	Ensalada mixta con (atún, ovos, millo,olivas)	Pavo asado con arroz.	Froita	Froita pan e queixo
	Xoves	Froita	Espaguetes á boloñesa.	Varitas de pescada con ensalada (leituga, tomate e remolacha)	logur	Froita Pan e pavo
	Venres	logur	Crema de cabaciño.	Milanesa de polo con patacas fritas.	Froita	Froita Pan e queixo
		MEDIA MAÑÁ	PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA	MERENDA
MENU No 3	Luns	logur	Sopa de pasta con brócoli.	Tortilla española con tomate.	Froita	Froita Pan e queixo
	Martes	Froita	Croquetas con ensalada.	Pescada rebozada con pataca cocida.	logur	Froita Pan e pavo
	Mércores	logur	Crema de cenorias.	Albóndegas caseiras con hortalizas e arroz.	Froita	Froita Queixiño c/ pan
	Xoves	logur	Ensaladilla (xudía, cenoria, pataca, atún e ovo).	Polo con fideos e cogomelos.	Froita	Froita Pan e pavo
	Venres	Froita	Lentellas guisadas con vexetais	Paella de mariscos (luras, mexillóns, etc).	logur	Froita Pan e queixo
		MEDIA MAÑÁ	PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA	MERENDA
MENU No 4	Luns	logur	Crema de verduras.	Arroz á cubana con ovos fritos.	Froita	Froita Pan e pavo
	Martes	Froita	Macarróns con carne.	Filete de bacalao ou buñuelos con ensalada (leituga, tomate, b...)	logur	Froita Pan e queixo
	Mércores	logur	Xudías con atún.	Hamburguesa con arroz.	Froita	Froita Pan e pavo
	Xoves	Queixiño c/ pan	Ensalada pasta (ovo,atún cenoria, millo e aceitunas)	Pescada á cazola con pataca cocida.	Froita	Froita Pan e queixo
	Venres	Froita	Sopa caseira.	Costela ó forno con patacas fritas.	logur	Froita Pan e pavo