

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 2026

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

HELLO Spring

MAIO 2026

L	M	M	X	V	S	D
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^o 1
menú n^o 2
menú n^o 3
menú n^o 4

Ofrécese pan integral.
Logur natural sen azucre.

NOTA: Despois dun día festivo o menú comezará no luns e logo continuará no día correspondente.



XUÑO 2026

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					



menú n^o 1
menú n^o 2
menú n^o 3
menú n^o 4
menu n^o 5

		MEDIA MAÑÁ	PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA	MERENDA
MENU No 1	Luns	logur	Crema de cabaza.	Tortilla española.	Froita	Froita Queixiño e pan
	Martes	Froita	Ensalada variada (leituga, tomate, cebola, cenoria e garavanzos)	Tenreira guisada con pasta. 	logur	Froita pan e pavo
	Mércores	logur	Pasta vexetal con xamón de pavo. 	Salmón con pataca cocida.	Froita	Froita Pan e queixo
	Xoves	Froita	Xudías con ovo. 	Polo asado con arroz integral. 	logur	Froita Pan e pavo
	Venres	logur	Lentellas con vexetais.	Costela ao forno con patacas fritas.	Froita	Froita pan e queixo
		MEDIA MAÑÁ	PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA	MERENDA
MENU No 2	Luns	logur	Crema de cabaciño.	Patacas fritas con ovo.	Froita	Froita Pan e queixo
	Martes	Queixiño e pan 	Lentellas guisadas con vexetais.	Rabas de calamar con ensalada (tomate, leituga e cebola) 	logur	Froita Pan e pavo
	Mércores	logur	Crema de verduras.	Pavo asado con boniato.	Froita	Froita pan e queixo
	Xoves	Froita	Espaguetes á boloñesa. 	Pescada con ensalada (leituga, tomate e remolacha). 	logur	Froita Pan e pavo
	Venres	logur	Ensalada mixta (leituga, tomate, cebola, ovo, cenoria) 	Milanesa de polo con arroz. 	Froita	Froita Pan e queixo
		MEDIA MAÑÁ	PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA	MERENDA
MENU No 3	Luns	logur	Crema de cenorias.	Tortilla española.	Froita	Froita Pan e queixo
	Martes	Froita	Crema de verduras.	Peixe con ensalada.	logur	Froita Pan e pavo
	Mércores	logur	Ensaladilla (xudía, cenoria, pataca e ovo). 	Albóndegas caseiras con hortalizas e arroz integral. 	Froita	Froita Queixiño e pan
	Xoves	Froita	Ensalada variada (leituga, tomate, cebola e millo).	Polo con fideos e cogomelos. 	logur	Froita Pan e pavo
	Venres	logur	Pizza de pavo e queixo masa caseira. 	Pescada con pataca cocida e chicharos.	Froita	Froita Pan e queixo
		MEDIA MAÑÁ	PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA	MERENDA
MENU No 4	Luns	logur	Crema de cabaza.	Arroz á cubana con ovos fritos.	Froita	Froita Pan e pavo
	Martes	Froita	Crema de verduras.	Peixe con ensalada (leituga, tomate e cebola) 	logur	Froita Pan e queixo
	Mércores	logur	Xudías con ovo. 	Polo á prancha con boniato.	Froita	Froita Pan e pavo
	Xoves	Queixiño e pan 	Ensalada variada (leituga, cebola, espárragos e remolacha).	Pescada á cazola con guarnición. 	Froita	Froita Pan e queixo
	Venres	Froita	Sopa caseira.	Costela ó forno con patacas fritas.	logur	Froita Pan e pavo

