



**MES: XANEIRO 2012**



www.tumenugoian.com - tumenu@tumenugoian.com - 610 330 612 - 610 400 380

FECH A	LUNS	SUXEREN CEA	MARTES	SUXEREN CEA	MERCORES	SUXEREN CEA	XOVES	SUXERE N CEA	VENRES
SEMANA 1									
SEMANA 2	CREMA DE CALABACIN RAIA COCIDA C/ PATACA, BROCOLI E ALLADA IOGUR	SANDWICH COMPLETO lacteo	CROQUETAS C/ ENSALADA MILANESA DE POLO C/ ARROZ MELOCOTON	EMPANADA VEXETAL frita	GARAVANZOS C/ ESPINACA ABADEXO FRITO C/ XUDIAS IOGUR	ensalada completa lacteo	CALDO VEXETAL C/ PASTA LOMBO DE PORCO C/ ENSALADA MANDARINA	ovo revolto con cogumelos frita	EMPANADA DE XAMON E QUEIXO GUISO DE PEIXE C/ PATACA NATILLA
SEMANA 3	SOPA MINISTRONE PASTA BOLONESA PIÑA	arroz tres delicias lacteo	ENSALADA DE PASTA LOMBOS DE MERLUZA AO FORNO C/ MENESTRA IOGUR	verduras salteadas con polo iogur	CREMA DE VERDURAS PEITUGA DE POLO EN SALSA C/ ARROZ IOGUR	sandwich completo frita	ENSALADA COMPLETA PULPO C/ PATACAS PLATANO	tortilla queixo con membrillo	FABAS C/ VERDURAS ALBONDIGAS C/ PASTA BRANCA KIWI
SEMANA 4	LENTELLAS VEXETAIS CALAMAR REBOZADO C/ ENSALADA PERA	menestra de verduras cereais con leite	COLIFLOR C/ BACON GUISO DE TENREIRA C/ FIDEOS IOGUR	verduras salteadas con peixe iogur	ENSALADIÑA PEIXE COCIDO C/ BROCOLI E PATACA EMPANADILLA DE MAZA	croquetas con ensalada iogur	CREMA DE CENORIA PAELLA VALENCIANA IOGUR	sopa de pasta fiambre frita	PASTA C/ TOMATE REVOLTO DE XAMON E CAMPIÑONS MAZA
SEMANA 5	SOPA DE PASTA COSTELA C/ VERDURAS ESTOFADAS IOGUR	peixe con ensalada frita	CREMA DE VERDURAS LASAÑA DE ATUN LARANXA	empanada de xamon c. e queixo iogur					

**SUXEREN  
CEA**

verdura ao  
forno  
leite

sandwich de  
pavo  
froita

sandwich  
completo  
froita