



Cociña central  
AIXIÑA

CPR-DIVINO MAESTRO  
MENUS BAIXO EN GRAXA  
MARZO 2021

LUNS 1	MARTES 2	MERCORES 3	XOVES 4	VENRES 5
Coliflor cocida con AOV  Pescada cocida con patacas cocidas  Froita fresca	Crema de verduras (cenorias e allo porro)  Filete de polo á prancha e ensalada Froita fresca	Estufado de fabas con verduras e arroz sen graxa Revolto de ovos e bacallau  Froita fresca	Crema de chícharos con carochos  Coello ao forno con arroz e verduras  Froita fresca	Pasta gratinada  Filete de atún á prancha con ensalada  Iogur natural desnatado
LUNS 8	MARTES 9	MERCORES 10	XOVES 11	VENRES 12
Caldo de repolo (desgraxado)  Lombo de porco ao forno con arroz e pementos  Froita fresca	Crema de verduras (cabaza e cabaciña)  Filete de pescada á prancha con patacas cocidas e ensalada de tomate Froita fresca	Empanada de atún (pouca graxa ou ½ ración)  Brócoli, patacas, ovos cocidos  Froita fresca	Chícharos con xamón doce ou serrán baixo en graxa Espirais/paxariñas de pasta con atún e verduras  Froita fresca	Sopa de peixe con estrelas  ½ Tortilla de patacas ou francesa o Revolto con pementos  Iogur natural desnatado
LUNS 15	MARTES 16	MERCORES 17	XOVES 18	VENRES 19
Espaguetes con salsa de tomate natural  Pavo ao forno e ensalada Froita fresca	Brócoli con patacas cocidas con AOV  Salmón ao forno con arroz e verduras salteadas Froita fresca	Potaxe de garavanzos (desgraxado) verduras e pasta Revolto de gambas e champiñóns con ensalada Iogur natural desn.	Minestra de verduras con ovo cocido  Paella  Froita fresca	FESTIVO
LUNS 22	MARTES 23	MERCORES 24	XOVES 25	VENRES 26
Pasta gratinada  Filete de atún á prancha con ensalada  Iogur natural desnatado	Crema de chícharos con carochos  Coello ao forno con arroz e verduras  Froita fresca	Coliflor cocida con AOV  Pescada cocida con patacas cocidas  Froita fresca	Crema de verduras (cenorias e allo porro)  Filete de polo á prancha e ensalada  Froita fresca	Estufado de fabas con verduras e arroz sen graxa  Revolto de ovos e bacallau  Froita fresca
LUNS 29	MARTES 30	MERCORES 31		
VACACIÓNS DE SEMANA SANTA	VACACIÓNS DE SEMANA SANTA	VACACIÓNS DE SEMANA SANTA		

En cumprimento do establecido no Regulamento (UE) nº 1169/2011, existe información sobre alérxenos a disposición dos usuarios.  
PEIXES: Pescada, Atún, Agrafin e Abadexo

Asdo.

- Cristina Conde Rodríguez << Licenciada en Farmacia, Técnico Superior en Dietética y Nutrición >>
- Cristina Velo Cid << Licenciada en Ciencia y Tecnología de los alimentos, Diplomada en Nutrición Humana y Dietética (Universidad de Navarra)>>

AIXIÑA



con toda garantía...

COCIÑA SOLIDARIA