



LUNS

30/10/2023

MARTES

31/10/2023

MÉRCORES

01/11/2023

XOVES

02/11/2023

VENRES

03/11/2023

Semana 1

ENSALADA TROPICAL

GARAVANZOS CON ESPINACAS

FESTIVO

POLO ESTUFADO CON PATACAS

FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA

PURÉ DE PATACA

FROITA

IOGUR

06/11/2023

TORTILLA DE PATACA

ARROZ CON VERDURAS

FROITA

07/11/2023

FABAS ESTUFADAS

FILETE RUSO

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

IOGUR

08/11/2023

MINESTRA CON XAMÓN

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

CODIÑOS CON ALLO E PEREXIL

FROITA

09/11/2023

CREMA DE CABAZA

ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE

ARROZ BRANCO

IOGUR ECOLÓXICO

10/11/2023

SOPA DE ESTRELIÑAS

TORTILLA FRANCESA

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS

FROITA

Semana 2

13/11/2023

BRECOL A CASEIRA

TENREIRA EN SALSA DE CENORIA CON PATACAS

IOGUR

14/11/2023

SOPA DE CABELLIN

POLO O ALLO

XARDIÑEIRA

FROITA

15/11/2023

TORTILLA DE PATACA

LOMBO ASADO

LEITUGA E TOMATE

IOGUR

16/11/2023

CREMA DE VERDURAS

XAMÓN ASADO EN SALSA

ARROZ BRANCO

FROITA

17/11/2023

ENSALADA COMPLETA

BOLOÑESA VEXETAL

MACARRONS

FROITA

Semana 3

20/11/2023

LENTELLAS A CASEIRA CON CHOURIZO

TORTILLA FRANCESA

BROCOLI CON CENORIA

FROITA

21/11/2023

CHICHAROS CON XAMON

TAQUIÑO DE POLO GUISADO CON MACARRONS

IOGUR DE CHOCOLATE

22/11/2023

ARROZ TRES DELICIAS

GARAVANZOS CON POLO O LIMON

FROITA

23/11/2023

SOPA DE VERDURAS (con piñones)

LOMBO NATURAL ADUBADO EN SALSA

PATACAS GUISADAS

IOGUR

24/11/2023

XUDIAS CON ALLADA

TENREIRA GUISADA CON CHAMPIÑONS

MACARRONS

FROITA

Semana 4

27/11/2023

CREMA DE CABAZA E CABAÇIÑA

PAELLA DE POLO E VERDURAS

FROITA

28/11/2023

CODIÑOS CON TOMATE

TENREIRA ASADA EN SALSA

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

IOGUR

29/11/2023

TORTILLA DE PATACA

ARROZ CON VERDURAS

FROITA

30/11/2023

SOPA DE VERDURAS

POLO O ALLO

PATACAS GUISADAS

FROITA

01/12/2023

Semana 5