



FÁCIL MASTICACIÓN



OUTUBRO 2024



	LUNS 30/09/2024	MARTES 01/10/2024	MÉRCORES 02/10/2024	XOVES 03/10/2024	VENRES 04/10/2024
Semana 1		SOPA DE ESTRELIÑAS	BROCOLI A CASEIRA	CREMA CAMPEIRA	FABAS ESTUFADAS
		TORTILLA FRANCESA	PESCADA EN SALSA DE PORROS	MACARRONS CON TOMATE E ATÚN	XURELO EN SALSA DE LIMÓN
		PATACAS ESTUFADAS	CODIÑOS SALTEADOS		PURÉ DE PATACA
		IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR DE CHOCOLATE
Semana 2	07/10/2024	08/10/2024	09/10/2024	10/10/2024	11/10/2024
	SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS	CREMA DE VERDURAS	LENTELLAS GUIADAS	TORTILLA DE PATACA	CREMA DE CENORIA
	PESCADA O FORNO	TORTILLA FRANCESA	XARDA EN SALSA VERDE	ROLIÑO PRIMAVERA	XURELO O FORNO
	PATACA O VAPOR CON PEREXIL	PATACA O VAPOR CON PEREXIL	CHÍCHAROS CON CENORIAS	MACARRONS SALTEADOS	ARROZ BRANCO
	IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR
Semana 3	14/10/2024	15/10/2024	16/10/2024	17/10/2024	18/10/2024
	MACARRONS CON TOMATE	CREMA DE CABACIÑA	CODIÑOS CON ALLO E PEREXIL	SOPA DE VERDURAS (con estreliñas)	LENTELLAS CON CABAZA
	FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA	BOLOÑESA VEXETAL	GALLO SAN PEDRO O FORNO	ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE	PESCADA A GALEGA
	PATACAS ASADAS	MACARRONS	PATACA COCIDA	ARROZ BRANCO	BROCOLI CON PATACA
	IOGUR	IOGUR ECOLÓXICO	IOGUR	IOGUR	IOGUR
Semana 4	21/10/2024	22/10/2024	23/10/2024	24/10/2024	25/10/2024
	CHÍCHAROS SALTEADOS	CALDO DE REPOLO	TORTILLA DE PATACA	CREMA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS
	ROLIÑO PRIMAVERA	XARDA A MARIÑEIRA	ARROZ CON VERDURAS	GALLO SAN PEDRO O FORNO	TORTILLA FRANCESA
	ARROZ BRANCO	MACARRONS		XUDIAS REFOGADAS	PATACA ASADA
	IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR
Semana 5	28/10/2024	29/10/2024	30/10/2024	31/10/2024	01/11/2024
	TALLARINS SALTEADOS	SOPA DE FIDEOS	CREMA DE CABAZA		
	PESCADA EN SALSA DE ALBAHACA	ROLIÑO PRIMAVERA	ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE	NON LECTIVO	
	BROCOLI E CENORIA	ARROZ BRANCO	XARDIÑEIRA		
	IOGUR	FLAN	IOGUR		

