



# LAXANTE



## 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 VERDURAS	BROCOLI A CASEIRA	CREMA DE CABACIÑA	FABAS VEXETAIS
		POLO O CHILINDRON	PESCADA EN SALSA VERDE	LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS	XURELO O FORNO
		PATACAS GUIRADAS	MACARRONS	PISTO DE VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO
		FROITA	IOGUR	FROITA	IOGUR
Semana 2	07/10/2024	08/10/2024	09/10/2024	10/10/2024	11/10/2024
	SOPA DE VERDURAS	ENSALADA CON HUEVO	LENTELLAS VEXETAIS	TORTILLA DE PATACA	CREMA DE ESPINACAS
	PESCADA O FORNO	GUISO DE PORCO CON PATACAS	XARDA EN SALSA VERDE	CALDERETA DE TENREIRA	POLO STROGONOFF
	PATACA O VAPOR CON PEREXIL		CHICHAROS SALTEADOS	MACARRONS	ARROZ INTEGRAL
	IOGUR	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
Semana 3	14/10/2024	15/10/2024	16/10/2024	17/10/2024	18/10/2024
	MACARRONS INTEGRAIS CON TOMATE	CREMA DE CABACIÑA	MACARRONS INTEGRAIS CON ALLO E PEREXIL	CALDO VEXETAL	LENTELLAS CON CABAZA
	FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA	BOLOÑESA VEXETAL	GALLO SAN PEDRO O FORNO	ALBÓNDEGAS	PESCADA A GALEGA
	PATACAS ASADAS	MACARRONS	ENSALADA DE LEITUGA E MILLO	ARROZ INTEGRAL	BROCOLI CON PATACA
	FROITA	IOGUR ECOLÓXICO	FROITA	IOGUR	FROITA
Semana 4	21/10/2024	22/10/2024	23/10/2024	24/10/2024	25/10/2024
	ENSALADA PRIMAVERA	CALDO GALEGO	TORTILLA DE PATACA	CREMA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS
	POLO ASADO	XARDA A MARIÑEIRA	ARROZ CON VERDURAS	GALLO SAN PEDRO O FORNO	LOMBO NATURAL ADUBADO
	ARROZ INTEGRAL	MACARRONS		XUDIAS REFOGADAS	PATACAS ASADAS
	IOGUR	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA
Semana 5	28/10/2024	29/10/2024	30/10/2024	31/10/2024	01/11/2024
	TALLARINS INTEGRAIS CON CHAMPIÑONES	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE CABAZA		
	PESCADA EN SALSA DE ALBAHACA	POLO O ALLO	ALBÓNDEGAS	NON LECTIVO	
	BROCOLI	ARROZ INTEGRAL	PISTO DE VERDURAS		
	FROITA	FLAN	FROITA		

