



MENÚ DO COMEDOR

OUTUBRO, 2018

LUNS, 1	MARTES, 2	MÉRCORES, 3	XOVES, 4	VENRES, 5
Chícharos con allada e ovo Spaghetti á boloñesa Froita	Crema de cenoria e espinacas. Guiso de calamares e mexillóns Froita	Sopa de estreliañas. Costela e criollos con ensalada Iogur.	Ensalada con pasta e garbanzos. Salmón con pataca cocida. Froita.	Brécol con ovo. Albóndegas con arroz Pilaw Xeado.

LUNS, 8	MARTES, 9	MÉRCORES, 10	XOVES, 11	VENRES, 12
Sardiniñas con ensalada de tomate e olivas. Pasta con tenreira. Froita.	Ensaladilla de pataca. Filete de pescada rebozado con ensalada. Froita.	Crema de cabaciña. Xamón asado con arroz Pilaw. Iogur.	Fabada Croquetas con ensalada de tomate. Froita	FESTIVO NACIONAL

LUNS, 15	MARTES, 16	MÉRCORES, 17	XOVES, 18	VENRES, 19
Menestra. Pasta con atún. Froita.	Crema de cabaza. Filete de polo á prancha con ensalada. Froita	Ensalada mixta. Paella. Iogur.	Lentellas. Tortilla con ensalada de tomate. Froita.	Sopa de cuscús. Caldeirada de peixe. Melocotón en xarope.

LUNS, 22	MARTES, 23	MÉRCORES, 24	XOVES, 25	VENRES, 26
Xudías con ovo. Arroz con costela. Froita	Ensaladilla de pasta. Calamares frescos rebozados con ensalada Froita.	Caldo. Empanada de atún. Iogur.	Crema de verduras. Fideos con ameixas. Froita	Sopa Xuliana. Zorza con patacas fritas. Chocolatina.

LUNS, 29	MARTES, 30	MÉRCORES, 31
Coliflor con allada. Salchichas con ovos e arroz Pilaw. Froita.	Ensalada con arroz. Marmitako de atún. Froita	Sopa de letras. Polo asado con ensalada. Iogur.



MENÚ DO COMEDOR

OUTUBRO, 2018

LUNS, 1	MARTES, 2	MÉRCORES, 3	XOVES, 4	VENRES, 5
Chícharos con allada e ovo Spaghetti á boloñesa Froita	Crema de cenoria e espinacas. Guiso de calamares e mexillóns Froita	Sopa de estreliañas. Costela e criollos con ensalada Iogur.	Ensalada con pasta e garbanzos. Salmón con pataca cocida. Froita.	Brécol con ovo. Albóndegas con arroz Pilaw Xeado.

LUNS, 8	MARTES, 9	MÉRCORES, 10	XOVES, 11	VENRES, 12
Sardiniñas con ensalada de tomate e olivas. Pasta con tenreira. Froita.	Ensaladilla de pataca. Filete de pescada rebozado con ensalada. Froita.	Crema de cabaciña. Xamón asado con arroz Pilaw. Iogur.	Fabada Croquetas con ensalada de tomate. Froita	FESTIVO NACIONAL

LUNS, 15	MARTES, 16	MÉRCORES, 17	XOVES, 18	VENRES, 19
Menestra. Pasta con atún. Froita.	Crema de cabaza. Filete de polo á prancha con ensalada. Froita	Ensalada mixta. Paella. Iogur.	Lentellas. Tortilla con ensalada de tomate. Froita.	Sopa de cuscús. Caldeirada de peixe. Melocotón en xarope.

LUNS, 22	MARTES, 23	MÉRCORES, 24	XOVES, 25	VENRES, 26
Xudías con ovo. Arroz con costela. Froita	Ensaladilla de pasta. Calamares frescos rebozados con ensalada Froita.	Caldo. Empanada de atún. Iogur.	Crema de verduras. Fideos con ameixas. Froita	Sopa Xuliana. Zorza con patacas fritas. Chocolatina.

LUNS, 29	MARTES, 30	MÉRCORES, 31
Coliflor con allada. Salchichas con ovos e arroz Pilaw. Froita.	Ensalada con arroz. Marmitako de atún. Froita	Sopa de letras. Polo asado con ensalada. Iogur.