




	Luns		Martes		Mércores		Xoves		Venres	
1ª Semana	31 DECEMBRO	Suxerencias de Cea	1 XANEIRO	Suxerencias de Cea	2 XANEIRO	Suxerencias de Cea	3 XANEIRO	Suxerencias de Cea	4 XANEIRO	Suxerencias de Cea
				LASAÑA VEXETAL	ENSALADA DE TOMATE CON PATACA COCIDA E PEMENTO	CABACÍN RECHEO	ENSALADA VARIADA	CREMA DE CABAZA E CENORIA	ENSALADA DE TOMATE E AGUACATE	
				TENREIRA ASADA CON CHICHAROS E CENORIA	PEIXE AZUL AO FORNO	PESCADA AO FORNO CON PATACA	POLO CON QUINOA	LURAS CON ARROZ	SALMÓN CON PATACA COCIDA	
FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	
2ª Semana	7 XANEIRO	Suxerencias de Cea	8 XANEIRO	Suxerencias de Cea	9 XANEIRO	Suxerencias de Cea	10 XANEIRO	Suxerencias de Cea	11 XANEIRO	Suxerencias de Cea
	CREMA DE BRÓCOLI	FIDEUÁ DE VERDURIÑAS	CHICHAROS CON XAMÓN	ENSALADA DE TOMATE, PEMENTO E GOGOMBRO	SOPA DE VERDURAS E PASTA	ENSALADA CAMPERA CON PATACA	ENSALADA TROPICAL CON PIÑA E ATÚN	ARROZ CON VERDURAS	FABADA VEXETAL	CREMA DE VERDURAS CON PATACA
	MILANESA DE POLO CON PATACA	PEIXE AZUL CON ENSALADA	LOMBO CON ARROZ	TORTILLA DE ESPINACAS	PEIXE AO FORNO CON ENSALADA OU BRÓCOLI E CENORIA	POLO ASADO	TENREIRA CON PASTA	OVOS RECHEOS DE SALMÓN	PESCADA Á ROMANA CON ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E MILLO DOCE	PEITUGA DE PAVO
FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
3ª Semana	14 XANEIRO	Suxerencias de Cea	15 XANEIRO	Suxerencias de Cea	16 XANEIRO	Suxerencias de Cea	17 XANEIRO	Suxerencias de Cea	18 XANEIRO	Suxerencias de Cea
	ENSALADA MIXTA	CREMA DE COLIFLOR	CALDO GALEGO CON FABAS	VERDURA COCIDA	ARROZ CON VERDURIÑAS	ENSALADA DE TOMATE CON PATACA COCIDA E MAZÁ	SOPA XULIANA	ENSALADA DE BROTES VERDES	CROQUETAS	XUDIÁS VERDES CON GARAVANZOS E PAVO
	PEITUGA Á PRANCHA CON ARROZ	REVOLTO DE OVO, PATACA E PEMENTO	PEIXE CON ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E REMOLACHA	PEITUGA DE PAVO CON QUINOA	SAN XACOBO CON ENSALADA	DORADA AO FORNO	ESPAGUETE CON ATÚN E COGUMELOS	TORTILLA DE PATACA	TENREIRA CON PATACA E CENOIRA	
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	
4ª Semana	21 XANEIRO	Suxerencias de Cea	22 XANEIRO	Suxerencias de Cea	23 XANEIRO	Suxerencias de Cea	24 XANEIRO	Suxerencias de Cea	25 XANEIRO	Suxerencias de Cea
	MACARRÓNS GRATINADOS	ENSALADA DE LEITUGA E PIÑA	SOPA DE PIÑÓN	ENSALADA DE COGOMBRO	COLIFLOR CON OVO RELADO	ENSALADA DE LEITUGA E MAZÁ	CREMA DE CABACÍN	ENSALADA DE TOMATE CON CEBOLA	ENSALADA MEDITERRÁNEA CON OLIVAS E QUEIXO	PURÉ DE VERDURAS
	SALMÓN EN TOMATE CON XUDIÁS VERDES REDONDAS	TORTILLA DE CABACÍN CON QUEIXO	POLO ESTUFADO CON VERDURITAS	PEIXE AZUL AO FORNO CON QUINOA	PESCADA CON GORNICIÓN DE PATACA	PATACA RECHEA DE XAMÓN E VERDURIÑAS	PIZZA	POLO AO CHILINDRÓN CON ARROZ	LOMBO Ó FORNO CON ARROZ	TORTILLA FRANCESA CON TOROS DE TOMATE
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	
5ª Semana	28 XANEIRO	Suxerencias de Cea	29 XANEIRO	Suxerencias de Cea	30 XANEIRO	Suxerencias de Cea	31 XANEIRO	Suxerencias de Cea		
	CREMA DE CENORIA E PORRO	ENSALADA DE TOMATE CON CEBOLA	GARAVANZOS ESTUFADOS	GRELLADA DE VERDURAS	CREMA VEXETAL	ENSALADA DE ESCAROLA, UVAS E QUEIXO	LENTELLAS	ENSALADA VARIADA		
	FIDEUÁ DE PEIXE	RAXO CON PATACAS	PEITUGA EN SALSA DE COGUMELOS	PEIXE BRANCO CON PATACA COCIDA	TENREIRA ESTUFADA CON PASTA	CHIPIRÓNS Á PRANCHA CON PATACA COCIDA	TORTILLA CON ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E BROTES DE SOIA	PEITUGA CON ARROZ INTEGRAL		
FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA			