



MENÚ OUTUBRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
	1 Brócoli con allada Pasta á carbonara Lácteo 	2 Ensalada de tomate, pavo, olivas e cebola Pescado ao forno con patacas Froita 	3 Crema de porros Zorza con arroz Lácteo 	4 Ensalada mixta con cenoria e millo Sardiniñas con patacas cocidas Froita 
7 Pisto de verduras con ovo frito Empanada Froita 	8 Ensalada mixta con atún, tomate e olivas Lasaña de carne Froitas 	9 Crema de verduras Pescado cocido con patacas e chícharos Froita 	10 Sopa Xamón asado con arroz Lácteo 	11 Salteado de verduras de tempada Fideos con chocos Froita 
14 Crema de chícharos Calamares á romana con puré de patacas Froita 	15 Xudías con tomate e ovo cocido Lombo de porco con arroz Froita 	16 Ensalada de pasta Guiso de pescada Froita 	17 Ovos recheos con ensalada Carrilleras con patacas Lácteo 	18 Garavanzos Pescado ao forno con ensalada Froita 
21 Ensalada campera (pataca, pemento, ovo e olivas) Peituga de polo con ensalada Froita 	22 Sopa de verduras Costela ao forno con patacas Froita 	23 Minestra de verduras Paella Froita 	24 Entremeses Pescado rebozado con coliflor Lácteo 	25 Crema de cenoria Pasta con tomate, atún e queixo gratinado Froita 
28 Crema de cabaciño Hamburguesa con arroz Froita 	29 Sopa de fideos Pescado con allada e verdura Lácteo 	30 MENÚ SAMAÍN 		