

MENÚ XUNTA

OUTUBRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
30/09/2019	01/10/2019	02/10/2019	03/10/2019	04/10/2019
	ESPINACAS CON BECHAMEL GRATINADA	LENTELLAS CON VERDURAS E ARROZ	SOPA DE FIDEOS	CREMA DE CENORIA
	GUIISO DE LURAS CON ARROZ	TORTILLA PAISANA	COCIDO (Polo, carne, chourizo, patacas, verdura e garavanzos)	PEIXE AZUL (salmón)
	FROITA	ENSALADA (leituga, tomate e cebola)	IOGUR NATURAL	ESPAGUETES AO ALLO
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>				
	LEITE CON BOLERÍA E FROITA	LEITE, ZUME E CEREAIS	GALLETAS, IOGUR E FROITA	CACAO, PAN C/ACEITE E ZUME
	FILETE DE TENREIRA LÁCTEO	PECADA AO VAPOR LÁCTEO	ENSALADA CON ATÚN FROITA	POLO Á PRANCHA LÁCTEO
07/10/2019	08/10/2019	09/10/2019	10/10/2019	11/10/2019
MINESTRA DE VERDURAS CON OVO COCIDO	POTAXE DE GARAVANZOS, VERDURAS E PASTA	BRÓCOLI CON PATACAS E ALLADA	ESPAGUETES CON SALSA DE TOMATE	XUDIAS VERDES CON XAMÓN
ARROZ CON TENREIRA E VERDURAS	TORTILLA DE GAMBAS CON CHAMPIÑÓNS	SALMÓN O FORNO	PAVO AO FORNO	BACALLAU GUISADO CON PATACAS E CHÍCHAROS
FROITA	ENSALADA (tomate, cebola e olivas)	ARROZ CON VERDURAS	ENSALADA (leituga, maza e millo)	FROITA
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>	IOGUR NATURAL	FROITA	FROITA	FROITA
LEITE, GALLETAS E FROITA	LEITE, PAN E MARMELADA	CACAO, ZUME, PAN CON ACEITE	LEITE, CEREAIS E FROITA	LEITE, BISCOITO E FROITA
LURAS Á PRANCHA LÁCTEO	PEITUGA DE POLO Á PRANCHA FROITA	SÁNDWICH COMPLETO LÁCTEO	PESCADA COCIDA LÁCTEO	COSTELETA CON ENSALADA LÁCTEO
14/10/2019	15/10/2019	16/10/2019	17/10/2019	18/10/2019
CREMA DE VERDURAS (cenoria e porro)	ESTUFADO DE FABAS CON ARROZ E VERDURAS	COLIFLOR CON ALLADA	CREMA DE CHÍCHAROS CON PICATOSTES	ENSALADILLA DE PASTA DE CORES
MILANESA DE POLO	REVOLTO DE OVOS E BACALLAU	PESCADA EN SALSA VERDE	COELLO AO FORNO	FILETE DE ATÚN
ENSALADA (pataca, pementos, remolacha e tomate)	FROITA	PATACAS COCIDAS	CON ARROZ CON VERDURAS	ENSALADA (leituga, tomate e cebola)
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR NATURAL	FROITA
ZUME, QUEIXO C/PAN	GALLETAS, IOGUR E FROITA	LEITE CON BISCOITO E FROITA	LEITE, ZUME, PAN E MANTEIGA	LEITE, TOSTADAS E FROITA
RAPANTE Á PRANCHA LÁCTEO	PEITUGA DE PAVO LÁCTEO	FILETE DE TENREIRA LÁCTEO	TORTILLA FRANCESA CON GAMBAS FROITA	LOMBO ADUBADO Á PRANCHA LÁCTEO
21/10/2019	22/10/2019	23/10/2019	24/10/2019	25/10/2019
CALDO DE REPOLO	TOSTA DE SARDIÑAS CON TOMATE NATURAL	CREMA DE VERDURAS (cabaciña e cabaza)	SOPA DE PEIXE E ESTRELIÑAS	CHÍCHAROS CON XAMÓN
LOMBO DE PORCO	GRELOS CON OVO COCIDO, PATACAS E CHOURIZO	FILETE DE PESCADA Á ROMANA	OVOS CON PISTO DE VERDURAS E PATACAS	CANELÓNS DE ATÚN E VERDURAS
ARROZ CON PEMENTOS	FROITA	PATACAS COCIDAS E ENSALADA DE TOMATE	IOGUR NATURAL	FROITA
FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
LEITE, CACAO, CEREAIS E FROITA	LEITE, ZUME, GALLETAS	LEITE, FROITA PAN E MANTEIGA	QUEIXO, FROITOS SECOS E FROITA	LEITE CON CEREAIS E ZUME
ENSALADA CON FROITOS SECOS E ATÚN LÁCTEO	MACARRÓNS BOLOÑESA LÁCTEO	POLO Ó FORNO LÁCTEO	PESCADA FROITA	PEITUGA DE PAVO LÁCTEO
28/10/2019	29/10/2019	30/10/2019	31/10/2019	01/11/2019
BRÓCOLI CON PATACAS E ALLADA	ESPINACAS CON BECHAMEL GRATINADA	LENTELLAS CON VERDURAS E ARROZ	NON LECTIVO	
POLO ASADO	GUIISO DE LURAS CON ARROZ	TORTILLA PAISANA		
PURÉ DE PATACA E ENSALADA (LEITUGA, CENORIA E MILLO)	FROITA	ENSALADA (leituga, tomate e cebola)		
FROITA	FROITA	FROITA		
LEITE, ZUME, GALLETAS E MARMELADA	LEITE CON BOLERÍA E FROITA	LEITE, ZUME E CEREAIS		
REVOLTO DE ESPINACAS LÁCTEO	FILETE DE TENREIRA LÁCTEO	PECADA AO VAPOR LÁCTEO		