

# MENÚ NOVEMBRO 2023

LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

1  
FESTIVO

2  
Sopa de tomate  
Peituga á prancha

Froita

3  
Xudías salteadas  
Guiso de peixe fresco

Lácteo

6  
Ensalada de xudías, pataca e ovo  
Fideos con polo

Froita

7  
Crema de cabaza  
Milanesa con ensalada

Froita

8  
Lentellas  
Peixe ao forno con patacas

Lácteo

9  
Sopa de verduras  
Zorza con arroz

Froita

10  
Revolto  
Fideuá

Lácteo

13  
Menestra  
Tallaríns con carne

Froita

14  
Sopa de estrelas  
Tortilla con ensalada

Froita

15  
Crema de cabaza  
Chipiróns na súa tinta

Lácteo

16  
Chícharos con allada  
Raxo de porco con patacas

Froita

17  
Arroz tres delicias  
Peixe á prancha con enalada

Lácteo

20  
Cogomelos ao aliño  
Espaguetes boloñesa

Froita

21  
Coliflor  
Polo ao forno con arroz

Froita

22  
Potaxe de garavanzos  
Peixe á prancha con ensalada

Lácteo

23  
Sopa de tomate  
Xamón asado con pataca cocida

Froita

24  
Caldo galego  
Paella

Lácteo

27  
Brócoli  
Macarróns con atún

Froita

28  
Crema de verduras  
Guiso de tenreira

Froita

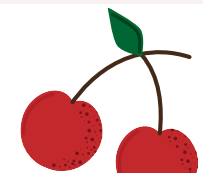
29  
Sopa de letras  
Peixe fresco con guarnición

Lácteo

30  
Ensalada grega  
Polo "Stroganoff"

Froita

1  
1 NOVEMBRO  
-  
MENÚ ESPECIAL





# PROVERBIO DO MES:



AS CIDADES SON LIBROS QUE  
LEMOS COS PÉS



A CONTA ATRÁS XA COMEZOU,  
CHEGAREMOS SI OU NON,  
A MIÑA VOLTA AO MUNDO,  
VAI EMPEZAR.

