



COLEXIOS

MARZO 13
MÉRCORES

LUNS

MARTES

XOVES

VENRES 1

SPAGHETTI BOLOÑESA

FILETE DE BACALAO Ó
FORNO CON ENSALADA

FROITA NATURAL

CREMA OU PURÉ / AVE
LÁCTEO

Para a cea aconsellámoste

LUNS 4

MARTES 5

MÉRCORES 6

XOVES 7

VENRES 8

POTAXE DE ACELGAS

FABAS CON ARROZ

MACARRÓNS CON TOMATE

ARROZ CON XAMÓN E
ESPÁRRAGOS

CREMA DE VERDURAS

LOMBO DE PORCO CON PATACAS
E GUARNICIÓN DE VERDURAS

LURAS FRITAS
ENSALADA

PEITUGA DE PAVO CON
CHAMPIÑÓNS

FILETE DE PESCADA
Á MARIÑEIRA

CARNEIRO ESTUFADO

FROITA NATURAL

FROITA NATURAL

IOGUR

FROITA NATURAL

FROITA NATURAL

Para a cea aconsellámoste

ARROZ / TENREIRA
LÁCTEO

SOPA / OVO
LÁCTEO

VERDURA ENTEIRA / PEIXE
FROITA NATURAL

CREMA OU PURÉ / AVE
LÁCTEO

PASTA / OVO
LÁCTEO

LUNS 11

MARTES 12

MÉRCORES 13

XOVES 14

VENRES 15

FIDEOS CON SEPIA

PISTO DE CABAZA

ARROZ CON MEXILLÓNS E LURAS

CREMA DE CENORIA, PORRO E
PATACA

SOPA DE COCIDO CON
TROPEZÓNS

FILETE DE ABADEXO CON
SALSA DE CHAMPIÑÓNS

LOMBO DE PORCO Á LARANXA
CON PATACAS

ATÚN Ó FORNO
CON VERDURAS

POLO ASADO CON
PATACAS

COCIDO

IOGUR

FROITA NATURAL

FROITA NATURAL

FROITA NATURAL

FROITA NATURAL

Para a cea aconsellámoste

VERDURA ENTEIRA / AVE
FROITA NATURAL

SOPA / OVO
LÁCTEO

VERDURA ENTEIRA / TENREIRA
LÁCTEO

PASTA / PORCO
LÁCTEO

ARROZ / PEIXE
LÁCTEO

LUNS 18

MARTES 19

MÉRCORES 20

XOVES 21

VENRES 22

TALLARÍNS CON CHAMPIÑÓNS

XUDÍAS BRANCAS CON
VERDURAS

ARROZ CON POLO E LURAS

MINISTRA DE VERDURAS

SOPA DE BRÓCOLI, CENORIA
E PASTA

GUIISO DE
PESCADA

POLO CON AMÉNDOAS
E PATACAS

FILETE DE PESCADA
ENSALADA

COSTELEIRO DE PORCO
PATACAS

ROLIÑOS DE ATÚN
ARROZ BRANCO

FROITA NATURAL

FROITA NATURAL

FROITA NATURAL

FROITA NATURAL

IOGUR

Para a cea aconsellámoste

VERDURA ENTEIRA / OVO
LÁCTEO

PASTA / PORCO
LÁCTEO

SOPA / TENREIRA
LÁCTEO

ARROZ / AVE
LÁCTEO

VERDURA ENTEIRA / OVO
FROITA