

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
09/09/2024	10/09/2024	11/09/2024	12/09/2024	13/09/2024
		SOPA DE FIDEOS	ENSALADA DE PASTA	CREMA DE CABAZA
		TORTILLA DE PATACA	PESCADA A GALEGA	POLO ASADO
		LEITUGA E MILLO	PATACAS E BROCOLI	ARROZ INTEGRAL CON VERDURAS
		MAZA	IOGUR NATURAL	NECTARINA
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>				
		Vaso de leite, bolachas tipo maria. Zume de laranxa natural	Vaso de leite, pan con xamon serrano. Froita	Vaso de leite, panc con aciete de oliva e queixo fresco. Froita
		<i>Chicharos con dado de polo e quinoa</i> Lácteo	<i>Minestra de verduras con taquiños de terreira</i> Froita	<i>Cabaciña rechea de peixe e pataca cocida</i> Lácteo
16/09/2024	17/09/2024	18/09/2024	19/09/2024	20/09/2024
ARROZ MILANESA	ENSALADA COMPLETA	CREMA DE CABACIÑA	LENTELLAS CON CHOURIZO	ENSALADA TROPICAL
PESCADA EN SALSA VERDE	MACARRONS INTEGRAIS CON BOLONESA VEXETAL	POLO ESTUADO CON PATACAS	XURELO O FORNO	LOMBO NATURAL ADUBADO EN SALSA
ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE			CHICHAROS E CENORIAS	ARROZ
IOGUR NATURAL	PERA	PLATANO	LARANXA	MAZA
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>				
Vaso de leite, pan integral con aceite de oliva e peituga de pavo. Zume de laranxa natural	Vaso de leite, cereais con mel. Froita	Vaso de leite, pan con multicereais con tomate e aceite de oliva. Froita	Iogur natural, bolachas de avena con plátano. Zume de laranxa natural	Vaso de leite, biscoito caseiro. Froita
<i>Polo salteado con verduras</i> Froita	<i>Tortilla de berenxena con ensalada de tomate</i> Lácteo	<i>Atún salteado con berenxena, cabaciña e patacas</i> Lácteo	<i>Dados de tenerira salteados con minestra salteada</i> Lácteo	<i>Rapante a prancha con ensalada de xudias</i> Lácteo
23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024
CREMA DE VERDURAS	POTAXE DE LENTELLAS	XUDIAS CON ALLADA	ENSALADA CON GARAVANZOS	CREMA DE CENORIA
TORTILLA DE CABACIÑA	PESCADA A ROMANA	POLO AS FINAS HERBAS	ALBONDEGAS EN SALSA DE TOMATE	ATÚN GUIADO CON FIDEOS
TOMATE	LEITUGA, MILLO E CENORIA	PATACA PANADEIRA	ARROZ INTEGRAL CON VERDURAS	
PERA	LARANXA	MAZA	KIWI	IOGUR NATURAL
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>				
Vaso de leite, cereais de arroz inflado. Zume de laranxa natural	Vaso de leite, pan con xamón cocido. Froita	Vaso de leite, bolechas tipo maria con marmelada e manteiga. Froita	Vaso de leite. Tostas de xamón serrano. Froita	Vaso de leite, biscoito caseiro e froita fresca
<i>Ensalada de pasta e ovo cocido</i> Lácteo	<i>Minestra de verduras con taquiños de terreira e pataca</i> Lácteo	<i>Arroz salteado con taquiños de bacallao e berenxena</i> Lácteo	<i>Lasaña de peixe e espinacas</i>	<i>Chicharos con dados de polo e quinoa</i> Froita
30/09/2024	01/10/2024	02/10/2024	03/10/2024	04/10/2024
SOPA DE ESTELIÑAS				
POLO O CHILINDRON				
PATACAS GUIADAS				
LARANXA				
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>				
Vaso de leite, pan integral con aceite de oliva e peituga de pavo. Zume de laranxa natural				
<i>Cous cous con salmón e bastonciños de cabaciña</i> Froita				