

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
2 Lentellas estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de leituga e millo Froita e pan integral	3 Puré de patacas Polo asado o romeu con ensalada de leituga e tomate Froita e pan integral	4 Vichyssoise de garavanzos Xarda a plancha con cabaciña salteada Froita e pan integral	5 Crema de verduras Lomo en salsa con patacas o vapor logur e pan integral	6 Verduras salteadas Filete de merluza o forno con champiñons salteados Froita e pan integral
9 Salteado de minestra de verduras o allo tostado Filete de tenreira con cabaciña salteada Froita e pan integral	10 Fabas estofadas con verduras Abadexo a griega con ensalada de leituga, pemento e olivas negras Froita e pan integral	11 Macarróns Tortilla francesa con atún con ensalada de leituga logur e pan integral	12 FESTIVO	13 NON LECTIVO
16 Xudías verdes con tomate Lacón a galega logur e pan integral	17 Pasta Abadexo a plancha con ensalada de leituga Froita e pan integral	18 Garavanzos estofados Tortilla francesa con pisto Froita e pan integral	19 Patacas Polo asado con tomiño con ensalda de leituga e tomate Froita e pan integral	20 Lentellas estofadas con arroz integral e quinoa Filete de merluza a plancha con cabaciña salteada Froita e pan integral
23 Crema de espinacas Polo asado con ensalada de leituga Froita e pan integral	24 Arroz tres delicias (sen ovo) Xarda a plancha con champiñons salteados Froita e pan integral	25 Fabas brancas salteadas Tortilla francesa con ensalada de leituga e millo Froita e pan integral	26 Crema de cabaciña Abadexo a donostiarra con arroz logur e pan integral	27 Salteado de brócoli con patacas Pasta Froita e pan integral
30	31			