

MES: Outubro 2023

MENÚ BASAL

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
<p>2</p> <p>Lentellas con chourizo (cebola, cenoria, pemento, pataca, e pimentón) Tortilla de pataca o forno con ensalada de leituga e queixo Froita e pan</p>	<p>3</p> <p>Patacas estofadas Polo asado o romeu con ensalada de leituga e tomate Froita e pan integral</p>	<p>4</p> <p>Sopa de fideos Xarda a plancha con cenoria salteada Froita e pan</p>	<p>5</p> <p>Crema de verduras Lomo en salsa con patacas o vapor logur e pan</p>	<p>6</p> <p>Macarróns con salsa de tomate Filete de merluza o forno con champiñons salteados Froita e pan</p>
<p>9</p> <p>Salteado de minestra de verduras o allo tostado Albóndegas en salsa con cabaciña salteada Froita e pan</p>	<p>10</p> <p>Verduras salteadas Abadexo a griega con ensalada de leituga, pemento e olivas negras Froita e pan integral</p>	<p>11</p> <p>Macarróns o pesto Tortilla francesa con atún con ensalada de leituga e cenoria logur e pan</p>	<p>12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p>NON LECTIVO</p>
<p>16</p> <p>Xudías verdes con tomate Lacón a galega logur e pan</p>	<p>17</p> <p>Espirais a napolitana Delicias de bacallau con ensalada de leituga e cenoria Froita e pan integral</p>	<p>18</p> <p>Crema de verduras Tortilla francesa con pisto Froita e pan</p>	<p>19</p> <p>Patacas a rioxana Polo asado con tomiño con ensalada de leituga e tomate Froita e pan</p>	<p>20</p> <p>Lentellas estofadas Filete de merluza a plancha con dados de cenoria e cabaciña Froita e pan</p>
<p>23</p> <p>Crema de espinacas Polo a barbacoa con ensalada de leituga e cenoria Froita e pan</p>	<p>24</p> <p>Crema de verduras Xarda a plancha con champiñons salteados Froita e pan integral</p>	<p>25</p> <p>Verduras salteadas Tortilla francesa con queixo con ensalada de leituga e millo Froita e pan</p>	<p>26</p> <p>Crema de cenoria e mazá Abadexo a donostiarra con arroz logur e pan</p>	<p>27</p> <p>Salteado de brócoli con patacas Pasta con boloñesa de tenreira Froita e pan</p>
<p>30</p>	<p>31</p>			