CEIP A MAGDALENA | Mes: | OUTUBRO 2024

	Luns		Martes		Mércores		Xoves		Venres	
	30 SETEMBRO	Suxerencias de Cea	**1 OUTUBRO**	Suxerencias de Cea	**2 OUTUBRO**	Suxerencias de Cea	**3 OUTUBRO**	Suxerencias de Cea	**4 OUTUBRO**	Suxerencias de Cea
5ª Semana	**MACARRÓNS CON QUEIXO**	ENSALADA	**XUDÍAS VERDES EN SALSA DE TOMATE CON PATACA**	TOMATE CON AGUACATE	**ENSALADA CON PARROCHAS DE LATA OU XARDA OU ATÚN**	REPOLO SALTEADO	**CREMA DE CABACÍN CON CENORIA**	ENSALADA DE ESPINACAS CON TOMATE SECO EN ACEITE E QUEIXO	**BRÓCOLI CON PATACA, CENORIA E RUSTRIDO**	ENSALADA VARIADA
	PEIXE CON GORNICIÓN DE MACEDONIA DE VERDURAS	TORTILLA DE PATACA	**PAELLA INFANTIL CON POLO E PEIXE**	HAMBURGUESA VEXETAL	**LENTELLAS COMPLETAS**	REVOLTO DE OVO CON CHAMPIÑÓNS	**POLO Á LARANXA CON PATACA**	OVOS AO PRATO	**PEIXE BRANCO REBOZADO EN SALSA VERDE**	PUCHERO DE ARROZ CON VERDURAS E GARAVANZOS
	FROITA	FROITA	**FROITA**	FROITA	**FROITA**	FROITA	**IOGUR**	FROITA	**FROITA**	FROITA
	7 OUTUBRO	Suxerencias de Cea	**8 OUTUBRO**	Suxerencias de Cea	**9 OUTUBRO**	Suxerencias de Cea	**10 OUTUBRO**	Suxerencias de Cea	**11 OUTUBRO**	Suxerencias de Cea
6ª Semana	**COLIFLOR**	ENSALADA DE TOMATE	**POTAXE DE GARAVANZOS CON ACELGAS OU NABICOL**	ENSALADA VARIADA	**CREMA DE VERDURAS**	ENSALADA DE TOMATE E PEMENTO ASADO	**ENSALADA VARIADA CON OVO COCIDO E PEMENTO ASADO**	SOPA DE FIDEOS	**ENSALADA**	VERDURAS Á PRANCHA
	FIDEUÁ DE CARNE	TORTILLA DE CABACIÑA	**PEIXE EN SALSA MARIÑEIRA**	ARROZ CON LEGUMES	**RAGÚ DE TENREIRA EN SALSA DE TOMATE CON CHAMPIÑÓNS E PATACA**	HAMBURGUESA VEXETAL	**FABADA COMPLETA**	PEIXE AO FORNO CON VERDURIÑAS	**ARROZ CON CHOUPA**	TORTILLA PAISANA CON PATACA
	FROITA	FROITA	**FROITA**	FROITA	**FROITA/IOGUR**	FROITA	**FROITA**	FROITA	**FROITA**	FROITA
	14 OUTUBRO	Suxerencias de Cea	**15 OUTUBRO**	Suxerencias de Cea	**16 OUTUBRO**	Suxerencias de Cea	**17 OUTUBRO**	Suxerencias de Cea	**18 OUTUBRO**	Suxerencias de Cea
7ª Semana	**BRÓCOLI GRATINADO CON QUEIXO**	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, CEBOLA	**SOPA DE FIDEOS**	LASAÑA DE ESPINACAS CON QUEIXO	**CREMA DE CABAZA**	ENSALADA DE BROTES VERDES	**CHÍCHAROS SALTEADOS CON PEMENTO, CEBOLA, TOMATE, XAMÓN E OVO COCIDO**	ENSALADA DE TOMATE, COENGOS E COGOMBRO	**ENSALADA**	VERDURA COCIDA
	MACARRÓNS BOLOÑESA	POLO Á PRANCHA CON PEMENTOS ASADOS	**BACALLAU REBOZADO, ENSALADA**		**GUISO DE PAVO CON VERDURA E PATACA**	PASTA CON OVO	**ARROZ MARIÑEIRO CON PEIXE E MEXILLÓNS**	POLO AO CHILINDRÓN	**TORTILLA DE PATACA**	PEIXE Á PRANCHA
	FROITA	FROITA	**FROITA**	FROITA	**FROITA/IOGUR**	FROITA	**FROITA**	FROITA	**FROITA**	FROITA
	21 OUTUBRO	Suxerencias de Cea	**22 OUTUBRO**	Suxerencias de Cea	**23 OUTUBRO**	Suxerencias de Cea	**24 OUTUBRO**	Suxerencias de Cea	**25 OUTUBRO**	Suxerencias de Cea
8ª Semana	**ENSALADA CON OVO**	ENSALADA DE TOMATE	**CROQUETAS**	ESPAGUETE DE CABACÍN	**SOPA DE COCIDO ESPECIAL**	ENSALADA DE TOMATE E CENORIA RELADA	**CREMA DE CENORIA**	ENSALADA DE PEMENTOS ASADOS	**ARROZ PRIMAVERA (CON VERDURIÑAS E CHAMPIÑÓNS)**	SOPA DE VERDURAS
	LENTELLAS CON CARNE	REVOLTO DE OVO CON CHÍCHAROS	**BACALLAU Á VIZCAINA, ENSALADA**	TORTILLA DE PATACA	**COCIDO ESPECIAL (XUDÍAS, GARAVANZOS, PATACA, CENORIA E CARNE)**	PEMENTOS RECHEOS DE ATÚN	**PEIXE CON GORNICIÓN DE MACARRÓNS**	TORTILLA DE PATACA E CABACÍN	**LOMBO, GORNICIÓN ENSALADA**	HAMBURGUESA VEXETAL
	FROITA	FROITA	**FROITA**	FROITA	**FROITA**	FROITA	**FROITA**	FROITA	**FROITA**	FROITA
	28 OUTUBRO	Suxerencias de Cea	**29 OUTUBRO**	Suxerencias de Cea	**30 OUTUBRO**	Suxerencias de Cea	**31 OUTUBRO**	Suxerencias de Cea		
9ª Semana	**ENSALADA CON QUEIXO**	WOK DE SALTEADO DE VERDURAS	**XUDÍAS VERDES EN SALSA**	ENSALADA VARIADA	**CALDO GALEGO**	ENSALADA DE COENGOS E XAMÓN	**CREMA DE CABACÍN**	ENSALADA DE LEITUGA E CEBOLA	**ANA ISABEL FDEZ ESCUREDO. GA:00117**	
	GUISO DE PEIXE	REVOLTO DE OVO CON ESPÁRRAGOS E ATÚN	**ARROZ TRES DELICIAS CON XAMÓN COCIDO E TORTILLA FRANCESA**	TORTILLA DE VERDURAS	**FILETE DE POLO Á PEMENTA, GORNICIÓN ENSALADA**	HAMBURGUESA VEXETAL	**TIBURÓNS DE PASTA CON SALSA DE TOMATE, CHOURIZO E OVO COCIDO**	PEIXE AO FORNO CON VERDURIÑAS		
	FROITA	FROITA	**FROITA**	FROITA	**FROITA**		**FROITA**	FROITA		