

MENÚS MES DE OUTUBRO 2020

| LUNS | MARTES | MÉRCORES | XOVES | VENRES |
|---|--|--|---|--|
| | | | 1 * Ensalada de arroz * Pescada con pataca * Iogur | 2 * Empanada de atún * Xudías con patacas, chourizo e ovo. * Iogur |
| 5 * Espinacas refogadas * Lasaña de carne * Froita. | 6 * Xudias refogadas con ovo * Chipiróns con tomate * Natilla | 7 * Pizza * Guiso de macarróns * Froita | 8 * Ensalada de canónigos tomate cherry e peituga de polo * Melva á galega * Iogur | 9 * Ensalada mediterránea * Peituga de pavo con arroz * Iogur. |
|  | 13 * Crema de cenorias * Peixe ao forno con pataca panadeira. * Iogur. | 14 * Ensalada foitas e queixo * Guiso de carne * Froita | 15 * Revolto de espinacas con gambas * Peituga de pavo en salsa con arroz * Froita | 16 * Crema de verduras * Tortilla de patacas con leituga, tomate e aceitunas * Iogur |
| 19 * Sopa de fideos * Richada * Froita | 20 * Ensalada mixta * Salmón con cachelos * Iogur | 21 * Brocoli refogado * Albóndigas con arroz branco * Froita | 22 * Sopa de fideos * Polbo con cachelos * Iogur | 23 * Ensalada de pasta * Tortilla de espinacas con tomate * Actimel |
| 26 * Pizza * Espaguetes con polo e champiñóns. * Froita. | 27 * Ensaladilla * Bacallau a galega * Iogur | 28 * Crema de cabaza * Zanco de polo con guarnición * Froita | 29 * Crema de cenoria * Fideua con peixe * Froita | 30 * Sopa de letras * Coello o forno con pataca asada * Iogur |

Os menús poderán sufrir modificacións en función das necesidades de cociña.

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
|--|--|--|--|--|