







































# Abril

LUNS		MARTES		MÉRCORES		XOVES		VENRES	
1		2		3		4		5	
 <b>Semana Santa</b>		Ensalada quente de tomate, queixo e ourego Cuscús con tenreira Froita fresca	 Arroz branco  Queixo sen ovo	Sopa de letras Tortilla española con ensalada Froita fresca	 Sopa sen glute  Bisté peituga polo	Crema de cenoria Hamburguesa de polo con brotes Froita fresca	Entremeses variados Bacallau á portuguesa Lácteo	 Entremeses sen ovo  Entremeses sen glute  Bisté peituga polo	
8		9		10		11		12	
Salteado de xudías Arroz con coello Froita fresca		Lentellas Raxo con leituga de cordeiro Froita fresca		Brócoli con refrito Bisté de peituga de polo con ensalada Degustación abelás Plátano		Ensalada de pasta Pescada con gornición Lácteo	 Milanesa  Pasta sen glute  Pasta sen ovo	Sopa de piñóns Pizza de xamón e queixo Froita fresca	 Sopa e pizza sen glute  Pan pizza e sopa sen ovo
15		16		17		18		19	
Crema de cabaza Pasta carbonara con salchichas Froita fresca	 Pasta sen glute  Pasta sen ovo	Sopa marabilla Costela asada con ensalada verde Froita fresca	 Sopa sen glute  Sopa sen ovo	Repolo ó pemento con ovo cocido Marraxo con patacas Onzas de chocolate	 Sen ovo  Carne vacún	Ensalada rusa Polo asado con leituga de cordeiro Froita fresca	 Sen ovo  Sen atún	Empanada de atún Arroz branco con albóndegas Froita fresca	 Empanadillas sen glute  Montadiño de atún  Empanadilla carne
22		23		24		25		26	
Revolto de espinacas Macarróns á boloñesa Froita fresca	 Espinaca sen ovo  Macarróns sen glute  Macarróns sen ovo	Brócoli refogado Bisté de porco con pataca Froita fresca		Coliflor con allada Milanesa con ensalada Froita fresca	 Sopa sen ovo  Milanesa sen glute	Sopa de letras Salmón con leituga de cordeiro Lácteo	 Sopa e milanesa sen glute  Carne porcina	Sofrito de chícharos Lasaña Froita fresca	 Lasaña sen glute  Macarróns gratinados
29		30		LENDAS					
Cabaciña gratinada Guiso de becerro Froita fresca		Croquetas de xamón con ensalada Arroz á cubana con plátano Lácteo	 Croquetas sen glute  Lonchas xamón, arroz sen ovo	Degustación Probaremos froitos secos naturais! Fonte de fibra, graxas saudables, vitaminas, minerais e substancias antioxidantes.  O derradeiro día de cada mes haberá algo de repostería  Poderán xurdir cambios (tipo de peixe, despece de carne,...)  Fomentaremos a redución, reciclaxe, compostaxe e aforro de enerxía e auga					