

Lunes-Luns

Martes-Martes

Miercoles-Mércore

Jueves-Xoves

Viernes-Venres

**7** Pasta S/Gluten S/Huevo con Tomate  
Pasta S/Glute S/Ovo con Tomate  
Albóndigas de Merluza  
Albóndegas de Pescada  
Jardínera de Verduras  
Xardineira de Verduras  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

**14** Crema de Coliflor y Manzana  
Crema de Coliflor e Mazá  
Arroz con Magro y Verduras  
Arroz con Magro e Verduras

Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

**21** Caldo Gallego  
Caldo Galego

Pasta S/Gluten S/Huevo Boloñesa de Salmón  
Pasta S/Glute S/Ovo Boloñesa de Salmón

Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

**28** Crema de Calabaza ECO  
Crema de Cabaza ECO  
Tortilla de Patata  
Tortilla de Pataca  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Ensalada de Leituga e Millo  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

**1** Ensalada de Pasta S/Gluten S/Huevo  
Ensalada de Pasta S/Glute S/Ovo

Palometa Guisada  
Pescada Guisado  
Jardínera de Verduras  
Xardineira de Verduras  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

**8** Patatas Estofadas con Zanahoria  
Patacas Estofadas con Cenoria  
Magro de Cerdo Guisado  
Magro de Porco con Guisado  
Verduras Asadas  
Verduras Asadas  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

**15** Ensalada de Patata con Guisantes  
Ensalada de Pataca e Chicharos  
Bacaladilla al Horno  
Bacaladilla ao Forno  
Verduras Asadas  
Verduras Asadas  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

**22** Crema de Zanahoria ECO  
Crema de Cenoria ECO

Lacón a la Gallega con Patatas  
Lacón á Galega con Patacas

Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

**29** Arroz Campesina  
Arroz Campesiña  
Lomo de Jurel al Horno  
Lombo de Xurelo ao Forno  
Verduras Asadas  
Verduras Asadas  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

**2** Crema de Verduras  
Crema de Verduras ECO

Tortilla Francesa Casera con Queso  
Tortilla Francesa de Queixo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Ensalada de Leituga e Cenoria  
Yogur y Pan S/Gluten  
Iogur e pan sen glute

**9** Sopa Juliana  
Sopa Juliana  
Arroz Marinero  
Arroz Mariñeiro

Yogur y Pan S/Gluten  
Iogur e pan sen glute

**16** Pasta S/Gluten S/Huevo Amatriciana  
Pasta S/Glute S/Ovo Amatriciana  
Pollo Asado  
Polo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Ensalada de Leituga e Tomate  
Yogur y Pan S/Gluten  
Iogur e pan sen glute

**23** Sopa de Fideos S/Gluten S/Huevo  
Sopa de Fideos S/Glute S/Ovo

Tortilla de Calabacín  
Tortilla de Cabaciña

Ensalada de Lechuga y Tomate  
Ensalada de Leituga e Tomate  
Yogur y Pan S/Gluten  
Iogur e pan sen glute  
Coliflor Ajoarriero  
Coliflor Ajoarriero  
Pasta S/Gluten S/Huevo Boloñesa de Pollo  
Pasta s/Glute S/Ovo Boloñesa de Polo

**30** Yogur y Pan S/Gluten  
Iogur e pan sen glute

**3** Arroz Primavera  
Arroz Primavera

Merluza en Salsa Verde con Guisantes  
Pescada en Salsa Verde con Chicharos

**10** Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute  
Verduras y Garbanzos  
Verduras e Garavanzos  
Huevo Duro con Judías Verdes y Caballa  
Ovo Duro con Xudías Verdes e Caballa

Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

**17** Potaje de Alubias  
Potaxe de Fabas  
Tortilla Francesa de Atún  
Tortilla Francesa de Atún  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Ensalada de Leituga e Cenoria  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

**24** Verdura Tricolor (Brócoli, Coliflor y Zanahoria)  
Verdura tricolor (Brócoli, Coliflor e Cenoria)  
Merluza al Horno  
Pescada ao Forno

Ensalada de Lechuga y Maíz  
Ensalada de Leituga e Millo  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

**31**   
**Festivo**  
**Festivo**

**4** Ensalada de Judías Verdes y Alubias con Atún  
Ensalada de Xudías Verdes e Fabas con Atún

Pollo Asado  
Polo Asado  
Patata Cocida  
Pataca Cocida

**11** Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute  
Crema de Calabacín ECO  
Crema de Cabaciña ECO  
Pollo en Salsa  
Polo en Salsa  
Zanahorias Rehogadas  
Cenorias Rehogadas  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

**18** Sopa de Fideos S/Gluten S/Huevo  
Sopa de Fideos S/Glute S/Ovo  
Lomo Asado  
Lombo Asado  
Calabacín Asado ECO  
Cabaciña Asada ECO  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

**25** Guisantes Salteados  
Chicharos Salteados  
  
Paella INTEGRAL de Pollo y Verduras  
Paella INTEGRAL de Polo e Verduras

Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

Lunes-Luns

Martes-Martes

Miercoles-Mércore

Jueves-Xoves

Viernes-Venres

7 Macarrones INTEGRALES con Tomate  
Macarrones INTEGRAIS con Tomate  
Albóndigas de Merluza  
Albóndegas de Pescada  
Jardinera de Verduras  
Xardineira de Verduras  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

14 Crema de Coliflor y Manzana  
Crema de Coliflor e Mazá

Arroz con Magro y Verduras  
Arroz con Magro e Verduras

Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

21 Caldo Gallego  
Caldo Galego  
Macarrones Boloñesa de Salmón  
Macarrones Boloñesa de Salmón

Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

28 Crema de Calabaza ECO  
Crema de Cabaza ECO  
Tortilla de Patata  
Tortilla de Pataca

Ensalada de Lechuga y Maíz  
Ensalada de Leituga e Millo  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

1 Ensalada de Pasta INTEGRAL  
Ensalada de Pasta INTEGRAL

Palometa Guisada  
Pescada Guisado  
Jardinera de Verduras  
Xardineira de Verduras  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

8 Lentejas con Vegetales  
Lentellas con Vexetais  
Magro de Cerdo Guisado  
Magro de Porco con Guisado  
Verduras Asadas  
Verduras Asadas  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

15 Ensalada de Patata con Guisantes  
Ensalada de Pataca e Chicharos

Bacaladilla al Horno  
Bacaladilla ao Forno  
Verduras Asadas  
Verduras Asadas  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

22 Crema de Zanahoria ECO  
Crema de Cenoria ECO  
Lacón a la Gallega con Patatas  
Lacón á Galega con Patacas

Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

29 Arroz Campesina  
Arroz Campesiña  
Lomo de Jurel al Horno  
Lombo de Xurelo ao Forno

Verduras Asadas  
Verduras Asadas  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

2 Lentejas Estofadas  
Lentellas Estofadas

Tortilla Francesa  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Ensalada de Leituga e Cenoria

9 Sopa Juliana  
Sopa Juliana  
Arroz Marinero  
Arroz Mariñeiro

Yogur de Soja  
iogur de soia

16 Macarrones INTEGRALES con Tomate  
Triturado  
Macarrones INTEGRAIS con Tomate  
Caseiro

Pollo Asado  
Polo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Ensalada de Leituga e Tomate  
Yogur de Soja  
iogur de soia

23 Sopa de Picadillo  
Sopa de Picado  
Tortilla de Calabacín  
Tortilla de Cabaciña  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Ensalada de Leituga e Tomate  
Yogur de Soja  
iogur de soia

30 Coliflor Ajoarriero  
Coliflor Ajoarriero  
Espaguetis INTEGRALES Boloñesa de Pollo  
Espaguetis INTEGRAIS Boloñesa

Yogur de Soja  
iogur de soia

3 Arroz Primavera  
Arroz Primavera

Merluza en Salsa Verde con Guisantes  
Pescada en Salsa Verde con Chicharos

10 Fruta de Temporada  
Froita de Tempada  
Cous Cous con Verduras y Garbanzos  
Cous Cous con Verduras e Garavanzos  
Huevo Duro con Judías Verdes y Caballa  
Ovo Duro con Xudías Verdes e Caballa

Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

17 Potaje de Alubias  
Potaxe de Fabas

Tortilla Francesa de Atún  
Tortilla Francesa de Atún  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Ensalada de Leituga e Cenoria  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

24 Lentejas con Chorizo  
Lentellas con Chourizo  
Merluza al Horno  
Pescada ao Forno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Ensalada de Leituga e Millo  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

31



Festivo  
Festivo

4 Ensalada de Judías Verdes y Alubias con Atún  
Ensalada de Xudías Verdes e Fabas con Atún

Pollo Asado  
Polo Asado  
Patata Cocida  
Pataca Cocida  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

11 Crema de Calabacín ECO  
Crema de Cabaciña ECO  
Pollo en Salsa  
Polo en Salsa  
Zanahorias Rehogadas  
Cenorias Rehogadas  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

18 Sopa de Ave con Fideos  
Sopa de Ave e Fideos

Lomo Asado  
Lombo Asado  
Calabacín Asado ECO  
Cabaciña Asada ECO  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

25 Guisantes Salteados  
Chicharos Salteados  
Paella INTEGRAL de Pollo y Verduras  
Paella INTEGRAL de Polo e Verduras

Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

Lunes-Luns

Martes-Martes

Miercoles-Mércore

Jueves-Xoves

Viernes-Venres

7 Macarrones INTEGRALES con Tomate  
Macarrones INTEGRAIS con Tomate  
Albóndigas de Merluza  
Albóndegas de Pescada  
Jardinera de Verduras  
Xardineira de Verduras  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

14 Crema de Coliflor y Manzana  
Crema de Coliflor e Mazá

Arroz con Magro y Verduras  
Arroz con Magro e Verduras

Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

21 Caldo Gallego  
Caldo Galego  
Macarrones Boloñesa de Salmón  
Macarrones Boloñesa de Salmón

Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

28 Crema de Calabaza ECO  
Crema de Cabaza ECO  
Tortilla de Patata  
Tortilla de Pataca

Ensalada de Lechuga y Maíz  
Ensalada de Leituga e Millo  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

1 Ensalada de Pasta INTEGRAL  
Ensalada de Pasta INTEGRAL

Palometa Guisada  
Pescada Guisado  
Jardinera de Verduras  
Xardineira de Verduras  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

8 Lentejas con Vegetales  
Lentellas con Vexetais  
Magro de Cerdo Guisado  
Magro de Porco con Guisado  
Verduras Asadas  
Verduras Asadas  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

15 Ensalada de Patata con Guisantes  
Ensalada de Pataca e Chicharos

Bacaladilla al Horno  
Bacaladilla ao Forno  
Verduras Asadas  
Verduras Asadas  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

22 Crema de Zanahoria ECO  
Crema de Cenoria ECO  
Lacón a la Gallega con Patatas  
Lacón á Galega con Patacas

Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

29 Arroz Campesina  
Arroz Campesiña  
Lomo de Jurel al Horno  
Lombo de Xurelo ao Forno

Verduras Asadas  
Verduras Asadas  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

2 Lentejas Estofadas  
Lentellas Estofadas

Tortilla Francesa  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Ensalada de Leituga e Cenoria

9 Sopa Juliana  
Sopa Juliana  
Arroz Marinero  
Arroz Mariñeiro

Yogur de Soja  
iogur de soia

16 Macarrones INTEGRALES con Tomate  
Triturado  
Macarrones INTEGRAIS con Tomate  
Caseiro

Pollo Asado  
Polo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Ensalada de Leituga e Tomate  
Yogur de Soja  
iogur de soia

23 Sopa de Picadillo  
Sopa de Picado  
Tortilla de Calabacín  
Tortilla de Cabaciña  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Ensalada de Leituga e Tomate  
Yogur de Soja  
iogur de soia

30 Coliflor Ajoarriero  
Coliflor Ajoarriero  
Espaguetis INTEGRALES Boloñesa de Pollo  
Espaguetis INTEGRAIS Boloñesa

Yogur de Soja  
iogur de soia

3 Arroz Primavera  
Arroz Primavera

Merluza en Salsa Verde con Guisantes  
Pescada en Salsa Verde con Chicharos

10 Fruta de Temporada  
Froita de Tempada  
Cous Cous con Verduras y Garbanzos  
Cous Cous con Verduras e Garavanzos  
Huevo Duro con Judías Verdes y Caballa  
Ovo Duro con Xudías Verdes e Caballa

Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

17 Potaje de Alubias  
Potaxe de Fabas

Tortilla Francesa de Atún  
Tortilla Francesa de Atún  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Ensalada de Leituga e Cenoria  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

24 Lentejas con Chorizo  
Lentellas con Chourizo  
Merluza al Horno  
Pescada ao Forno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Ensalada de Leituga e Millo  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

31



Festivo  
Festivo

4 Ensalada de Judías Verdes y Alubias con Atún  
Ensalada de Xudías Verdes e Fabas con Atún

Pollo Asado  
Polo Asado  
Patata Cocida  
Pataca Cocida

11 Fruta de Temporada  
Froita de Tempada  
Crema de Calabacín ECO  
Crema de Cabaciña ECO  
Pollo en Salsa  
Polo en Salsa  
Zanahorias Rehogadas  
Cenorias Rehogadas  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

18 Sopa de Ave con Fideos  
Sopa de Ave e Fideos

Lomo Asado  
Lombo Asado  
Calabacín Asado ECO  
Cabaciña Asada ECO  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

25 Guisantes Salteados  
Chicharos Salteados  
Paella INTEGRAL de Pollo y Verduras  
Paella INTEGRAL de Polo e Verduras

Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

Lunes-Luns

Martes-Martes

Miercoles-Mércore

Jueves-Xoves

Viernes-Venres

- 7 Macarrones INTEGRALES con Tomate  
Macarrones INTEGRAIS con Tomate  
Albóndigas de Merluza  
Albóndegas de Pescada  
Jardínera de Verduras  
Xardineira de Verduras  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan
- 14 Crema de Coliflor y Manzana  
Crema de Coliflor e Mazá  
Arroz con Magro y Verduras  
Arroz con Magro y Verduras  
  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan
- 21 Caldo Gallego  
Caldo Galego  
Macarrones Boloñesa de Salmón  
Macarrones Boloñesa de Salmón  
  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan
- 28 Crema de Calabaza ECO  
Crema de Cabaza ECO  
Tortilla de Patata  
Tortilla de Pataca  
  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Ensalada de Leituga e Millo  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan

- 1 Ensalada de Pasta INTEGRAL  
Ensalada de Pasta INTEGRAL
- 8 Palometa Guisada  
Pescada Guisado  
Jardínera de Verduras  
Xardineira de Verduras  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan
- 15 Lentejas con Vegetales  
Lentellas con Vexetais  
Magro de Cerdo Guisado  
Magro de Porco con Guisado  
Verduras Asadas  
Verduras Asadas  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan
- 22 Ensalada de Patata con Guisantes  
Ensalada de Pataca e Chicharos  
Bacaladilla al Horno  
Bacaladilla ao Forno  
Verduras Asadas  
Verduras Asadas  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan
- 29 Arroz Campesina  
Arroz Campesiña  
Lomo de Jurel al Horno  
Lombo de Xurelo ao Forno  
  
Verduras Asadas  
Verduras Asadas  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan

- 2 Lentejas Estofadas  
Lentellas Estofadas
- 9 Tortilla Francesa Casera con Queso  
Tortilla Francesa de Queixo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Ensalada de Leituga e Cenoria  
Yogur y Pan  
Iogur e Pan  
Sopa Juliana  
Sopa Juliana  
Arroz Marinero  
Arroz Mariñeiro  
  
Yogur y Pan  
Iogur e Pan
- 16 Macarrones INTEGRALES Amatriciana  
Macarrones INTEGRAIS Amatriciana  
Pollo Asado  
Polo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Ensalada de Leituga e Tomate  
Yogur y Pan  
Iogur e Pan
- 23 Sopa de Picadillo  
Sopa de Picado  
Tortilla de Calabacín  
Tortilla de Cabaciña  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Ensalada de Leituga e Tomate  
Yogur y Pan  
Iogur e Pan
- 30 Coliflor Ajoarriero  
Coliflor Ajoarriero  
Espaguetis INTEGRALES Boloñesa de Pollo  
Espaguetis INTEGRAIS Boloñesa  
  
Yogur y Pan  
Iogur e Pan

- 3 Arroz Primavera  
Arroz Primavera
- 10 Merluza en Salsa Verde con Guisantes  
Pescada en Salsa Verde con Chicharos  
  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan  
Cous Cous con Verduras y Garbanzos  
Cous Cous con Verduras e Garavanzos  
Huevo Duro con Judías Verdes y Caballa  
Ovo Duro con Xudías Verdes e Caballa
- 17 Potaje de Alubias  
Potaxe de Fabas  
Tortilla Francesa de Atún  
Tortilla Francesa de Atún  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Ensalada de Leituga e Cenoria  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan
- 24 Lentejas con Chorizo  
Lentellas con Chourizo  
Merluza al Horno  
Pescada ao Forno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Ensalada de Leituga e Millo  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan

- 4 Ensalada de Judías Verdes y Alubias con Atún  
Ensalada de Xudías Verdes e Fabas con Atún  
Pollo Asado  
Polo Asado  
Patata Cocida  
Pataca Cocida  
Fruta de Temporada y Pan Integral  
Froita de Tempada e Pan Integral
- 11 Crema de Calabacín ECO  
Crema de Cabaciña ECO  
Rotti de Pollo con Zanahoria ECO  
Rotti de Polo ao Forno con Cenoria  
  
Fruta de Temporada y Pan Integral  
Froita de Tempada e Pan Integral
- 18 Sopa de Ave con Fideos  
Sopa de Ave e Fideos  
Lomo Asado  
Lombo Asado  
Calabacín Asado ECO  
Cabaciña Asada ECO  
Fruta de Temporada y Pan Integral  
Froita de Tempada e Pan Integral
- 25 Guisantes Salteados  
Chicharos Salteados  
Paella INTEGRAL de Pollo y Verduras  
Paella INTEGRAL de Polo e Verduras  
  
Fruta de Temporada y Pan Integral  
Froita de Tempada e Pan Integral

31



**Festivo**  
**Festivo**

Lunes-Luns

Martes-Martes

Miercoles-Mércore

Jueves-Xoves

Viernes-Venres

**7** Macarrones INTEGRALES con Tomate  
Macarrones INTEGRAIS con Tomate  
Albóndigas de Merluza  
Albóndegas de Pescada  
Jardínera de Verduras  
Xardineira de Verduras  
Yogur Natural y Pan  
logur Natural e Pan

**14** Crema de Coliflor  
Crema de Coliflor  
Arroz con Magro y Verduras  
Arroz con Magro y Verduras  
  
Yogur Natural y Pan  
logur Natural e Pan

**21** Caldo Gallego  
Caldo Galego  
Macarrones Boloñesa de Salmón  
Macarrones Boloñesa de Salmón  
  
Yogur Natural y Pan  
logur Natural e Pan

**28** Crema de Calabaza ECO  
Crema de Cabaza ECO  
Tortilla de Patata  
Tortilla de Pataca  
  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Ensalada de Leituga e Millo  
Yogur Natural y Pan  
logur Natural e Pan

**1** Ensalada de Pasta INTEGRAL  
Ensalada de Pasta INTEGRAL

Palometa Guisada  
Pescada Guisado  
Jardínera de Verduras  
Xardineira de Verduras  
Yogur Natural y Pan  
logur Natural e Pan

**8** Lentejas con Vegetales  
Lentellas con Vexetais  
Magro de Cerdo Guisado  
Magro de Porco con Guisado  
Verduras Asadas  
Verduras Asadas  
Yogur Natural y Pan  
logur Natural e Pan

**15** Ensalada de Patata con Guisantes  
Ensalada de Pataca e Chicharos  
Bacaladilla al Horno  
Bacaladilla ao Forno  
Verduras Asadas  
Verduras Asadas  
Yogur Natural y Pan  
logur Natural e Pan

**22** Crema de Zanahoria ECO  
Crema de Cenoria ECO  
Lacón a la Gallega con Patatas  
Lacón á Galega con Patacas

Yogur Natural y Pan  
logur Natural e Pan

**29** Arroz Campesina  
Arroz Campesiña  
Lomo de Jurel al Horno  
Lombo de Xurelo ao Forno  
  
Verduras Asadas  
Verduras Asadas  
Yogur Natural y Pan  
logur Natural e Pan

**2** Lentejas Estofadas  
Lentellas Estofadas

Tortilla Francesa Casera con Queso  
Tortilla Francesa de Queixo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Ensalada de Leituga e Cenoria  
Yogur Natural y Pan  
logur Natural e Pan  
Sopa Juliana  
Sopa Juliana  
Arroz Marinero  
Arroz Mariñeiro

Yogur Natural y Pan  
logur Natural e Pan

**16** Macarrones INTEGRALES Amatriciana  
Macarrones INTEGRAIS Amatriciana  
Pollo Asado  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Ensalada de Leituga e Tomate  
Yogur Natural y Pan  
logur Natural e Pan

**23** Sopa de Picadillo  
Sopa de Picado  
Tortilla de Calabacín  
Tortilla de Cabaciña  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Ensalada de Leituga e Tomate  
Yogur Natural y Pan  
logur Natural e Pan

**30** Coliflor Ajoarriero  
Coliflor Ajoarriero  
Espaguettis INTEGRALES Boloñesa de Pollo  
Espaguettis INTEGRAIS Boloñesa  
  
Yogur Natural y Pan  
logur Natural e Pan

**3** Arroz Primavera  
Arroz Primavera

Merluza en Salsa Verde con Guisantes  
Pescada en Salsa Verde con Chicharos

**10** Yogur Natural y Pan  
logur Natural e Pan  
Cous Cous con Verduras y Garbanzos  
Cous Cous con Verduras e Garavanzos  
Huevo Duro con Judías Verdes y Caballa  
Ovo Duro con Xudías Verdes e Caballa

Yogur Natural y Pan  
logur Natural e Pan

**17** Potaje de Alubias  
Potaxe de Fabas  
Tortilla Francesa de Atún  
Tortilla Francesa de Atún  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Ensalada de Leituga e Cenoria  
Yogur Natural y Pan  
logur Natural e Pan

**24** Lentejas con Chorizo  
Lentellas con Chourizo  
Merluza al Horno  
Pescada ao Forno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Ensalada de Leituga e Millo  
Yogur Natural y Pan  
logur Natural e Pan

**31**



**Festivo**  
**Festivo**

**4** Ensalada de Judías Verdes y Alubias con Atún  
Ensalada de Xudías Verdes e Fabas con Atún

**11** Pollo Asado  
Polo Asado  
Patata Cocida  
Pataca Cocida  
Yogur Natural y Pan Integral  
logur Natural e Pan Integral  
Crema de Calabacín ECO  
Crema de Cabaciña ECO  
Rottir de Pollo con Zanahoria ECO  
Rotti de Polo ao Forno con Cenoria

Yogur Natural y Pan Integral  
logur Natural e Pan Integral

**18** Sopa de Ave con Fideos  
Sopa de Ave e Fideos  
Lomo Asado  
Lombo Asado  
Calabacín Asado ECO  
Cabaciña Asada ECO  
Yogur Natural y Pan Integral  
logur Natural e Pan Integral

**25** Guisantes Salteados  
Chicharos Salteados  
Paella INTEGRAL de Pollo y Verduras  
Paella INTEGRAL de Polo e Verduras

Yogur Natural y Pan Integral  
logur Natural e Pan Integral