

## MENÚ BASAL

LUNS	MARTES	MERCORES	XOVES	VENRES
	1 SOPA DE FIDEOS  TORTILLA DE QUEIXO con chícharos e cenorias  POSTRE LÁCTEO E PAN BRANCO	2 LENTELLAS ESTOFADAS con arroz integral  HAMBURGUESA A PRANCHA con ensalada de leituga e tomate  FROITA E PAN BRANCO	3 CREMA DE COLIFLOR  RAGOUT DE PAVO XARDINEIRA con arroz  FROITA E PAN BRANCO	4 ENSALADA DE PASTA  XARDA AL CREMAT con leituga e cenoria  FROITA E PAN INTEGRAL
7 CHÍCHAROS ESTOFADOS  OVOS COCIDOS con arroz e tomate  FROITA E PAN BRANCO	8 CREMA DE CABAZA  RABAS con ensalada de leituga e olivas  FROITA E PAN BRANCO	9 VERDURAS SALTEADAS o allo tostado  FILETES DE PORCO con patacas o pobre  FROITA E PAN BRANCO	10 ESTOFADO DE FEIXÓNS  PESCADA ALLOARRIERO con leituga e millo  FROITA E PAN BRANCO	11 BRÓCOLI SALTEADO con patacas  PASTA BOLOÑESA DE TENREIRA  POSTER LÁCTEO E PAN integral
14 LENTELLAS CON ESPINACAS  MEDALLÓN DE SALMÓN O FORNO con arroz e pementos  FROITA E PAN BRANCO	15 MINESTRA SALTEADA  ALBÓNDEGAS EN SALSA DE TOMATE con fideos salteados  FROITA E PAN BRANCO	16 SOPA MINISTRONE  PESCADA A PRANCHA con cenorias e patacas  POSTRE LÁCTEO E PAN BRANCO	17 PATACAS ESTOFADAS VEXETAIS CON TOPPING DE BACON  TORTILLA DE XAMÓN con ensalada de leituga e tomate  FROITA E PAN BRANCO	18 GARAVANZOS ESTOFADOS  POLO AO CHILINDRÓN con leituga e olivas  FROITA E PAN INTEGRAL
21 CAZOLA DE VERDURAS CON FIDEOS  TORTILLA DE PATACAS con ensalada verde  POSTRE LÁCTEO E PAN BRANCO	22 POTAXE DE FABAS CON CABAZA  TACOS DE TENREIRA GUISADA con pisto de verduras e patacas  FROITA E PAN BRANCO	23 ARROZ NAPOLITANA  PALOMETA O FORNO con leituga e millo  FROITA E PAN BRANCO	24 LENTELLAS A XARDINEIRA  LOMBO ADOBADO con pasta salteada  FROITA E PAN BRANCO	25 CREMA DE VERDURAS  PESCADA FRITA con ensalada de leituga e tomates  FROITA E PAN INTEGRAL
28 PASTA GRATINADA  LIMANDA EN SALSA VERDE con chícharos  FROITA E PAN BRANCO	29 CREMA DE PORROS  POLO ASADO con arroz e cenorias  FROITA E PAN BRANCO	30 GARAVANZOS CON ESPINACAS  TORTILLA DE ATÚN con patacas cocidas  FROITA E PAN BRANCO	31    <b>DIA DO ENSINO</b>	