

MENÚ INTOLERANTE Á LACTOSA- NOVIEMBRE 2018						
					XOVES 1	VENRES 2
1ª SEMANA					NON LECTIVO	Primeiro Prato: Puré de patacas Segundo Prato: Guiso de salmón con arroz e verduras Sobremesa: Froita
	LUNS 5	MARTES 6	MÉRCORES 7	XOVES 8	VENRES 9	
2ª SEMANA	Primeiro Prato: Fabas con verduras Segundo Prato: Arroz con atún fresco Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Ensalada do tempo de pataca, tomate, cenoria e cebola Segundo Prato: Fideuá de polo con verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Crema de verduras Segundo Prato: Pasta con atún, salsa de tomate e cenorias Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Sopa de fideos Segundo Prato: Cocido galego Sobremesa: logur sen lactosa	Primeiro Prato: Coliflor en allada Segundo Prato: Guiso de bacallau con arroz Sobremesa: Froita	
	LUNS 12	MARTES 13	MÉRCORES 14	XOVES 15	VENRES 16	
3ª SEMANA	Primeiro Prato: Potaxe de garavanzos e verduras Segundo Prato: Tomate natural con xoubas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Crema de verduras Segundo Prato: Estufado de pavo con fideos e verduras Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Chicharos con xamón Segundo Prato: Arroz con mexillóns Sobremesa: logur sen lactosa	Primeiro Prato: Ensalada morna de cenoria, remolacha e brócoli Segundo Prato: Carne estufada con patacas guisadas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Grelos con patacas Segundo prato: Arroz con bacallau e verdura Sobremesa: Froita	
	LUNS 19	MARTES 20	MÉRCORES 21	XOVES 22	VENRES 23	
4ª SEMANA	Primeiro Prato: Xudías verdes con taquiños de xamón Segundo Prato: Guiso de pescada con arroz Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Crema de verduras Segundo Prato: Polo ao forno con pataca cocida Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Sopa de pescada e verdura Segundo Prato: Tortilla francesa con espinacas Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Crema de cenoria, allo porro e pataca Segundo Prato: Tenreira guisada con arroz Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Puré de lentellas Segundo prato: Guiso de luras con patacas Sobremesa: logur sen lactosa	
	LUNS 26	MARTES 27	MÉRCORES 28	XOVES 29	VENRES 30	
5ª SEMANA	Primeiro Prato: Brécol en allada Segundo Prato: Filete de bonito con arroz Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Verduras con xamón Segundo Prato: Estufado de pavo con macarróns e verdura Sobremesa: Froita	Primeiro Prato: Croquetas de polo sen lactosa e ensalada de pemento, remolacha e tomate Segundo Prato: Lentellas con pataca, xamón e chourizo Sobremesa: Fresas, kiwi ou laranxa	Primeiro Prato: Menestra de verduras Segundo Prato: Fideuá de carne de tenreira picada e tomate natural Sobremesa: logur sen lactosa	Primeiro Prato: Puré de patacas Segundo Prato: Guiso de salmón con arroz e verduras Sobremesa: Froita	

