

MENÚ INTOLERANTE LACTOSA NOVEMBRO 2019

LUNS 4	MARTES 5	MÉRCORES 6	XOVES 7	VENRES 8
<p>Primeiro Prato: Crema de verduras (cenoria e allo porro)</p> <p>Segundo Prato: Milanesa de polo e ensalada (pataca, pementos, remolacha e tomate)</p> <p>Sobremesa: Froita</p>	<p>Primeiro Prato: Estufado de fabas con verduras e arroz</p> <p>Segundo Prato: Revolto de ovos e bacallau</p> <p>Sobremesa: Froita</p>	<p>Primeiro Prato: Coliflor en allada</p> <p>Segundo Prato: Pescada en salsa verde con patacas cocidas</p> <p>Sobremesa: Froita</p>	<p>Primeiro Prato: Crema de chicharos con carochos</p> <p>Segundo Prato: Coello ao forno con arroz e verduras</p> <p>Sobremesa: Froita</p>	<p>Primeiro Prato: Ensalada de pasta de cores</p> <p>Segundo prato: Filete de atún á prancha con ensalada (leituga, tomate, cebola)</p> <p>Sobremesa: logur sen lactosa</p>
LUNS 11	MARTES 12	MÉRCORES 13	XOVES 14	VENRES 15
<p>Primeiro Prato: Tosta de xoubas con tomate natural</p> <p>Segundo Prato: Grellos, ovo cocido, patacas e chourizo</p> <p>Sobremesa: Froita</p>	<p>Primeiro Prato: Caldo de repolo</p> <p>Segundo Prato: Lombo de porco ao forno con arroz e pementos</p> <p>Sobremesa: Froita</p>	<p>Primeiro Prato: Crema de cabaza e cabaciña</p> <p>Segundo Prato: Filete de pescada á romana con patacas cocidas e ensalada de tomate</p> <p>Sobremesa: Froita</p>	<p>Primeiro Prato: Sopa de peixe e fideos</p> <p>Segundo Prato: Ovos con pisto de verduras e patacas</p> <p>Sobremesa: logur sen lactosa</p>	<p>Primeiro Prato: Chicharos con xamón</p> <p>Segundo Prato: Pasta con carne de tenreira picada e tomate</p> <p>Sobremesa: Froita</p>
LUNS 18	MARTES 19	MÉRCORES 20	XOVES 21	VENRES 22
<p>Primeiro Prato: Brócoli con patacas en allada</p> <p>Segundo Prato: Polo asado con patacas e ensalada (leituga, cenoria e millo)</p> <p>Sobremesa: Froita</p>	<p>Primeiro Prato: Espinacas con aceite de oliva</p> <p>Segundo Prato: Guiso de luras con arroz</p> <p>Sobremesa: Froita</p>	<p>Primeiro Prato: Lentellas con verduras e arroz</p> <p>Segundo Prato: Tortilla paisana con ensalada (leituga, tomate e cebola)</p> <p>Sobremesa: Froita</p>	<p>Primeiro Prato: Sopa de fideos</p> <p>Segundo Prato: Cocido (polo, carne, chourizo, pataca, verdura e garavanzos)</p> <p>Sobremesa: logur sen lactosa</p>	<p>Primeiro Prato: Crema de cenoria</p> <p>Segundo prato: Salmón á prancha con espaguetes ao allo</p> <p>Sobremesa: Froita</p>
LUNS 25	MARTES 26	MÉRCORES 27	XOVES 28	VENRES 29
<p>Primeiro Prato: Menestra de verduras con ovo cocido</p> <p>Segundo Prato: Arroz con tenreira e verduras</p> <p>Sobremesa: Froita</p>	<p>Primeiro Prato: Potaxe de garavanzos, verduras e pasta</p> <p>Segundo Prato: Tortilla de gambas e champiñóns con ensalada (tomate, cebola e olivas)</p> <p>Sobremesa: logur sen lactosa</p>	<p>Primeiro Prato: Brócoli con patacas en allada</p> <p>Segundo Prato: Salmón ao forno con arroz e verduras</p> <p>Sobremesa: Froita</p>	<p>Primeiro Prato: Espaguetes con salsa de tomate</p> <p>Segundo Prato: Guiso de pavo con verduras e patacas</p> <p>Sobremesa: Froita</p>	<p>Primeiro Prato: Xudías verdes con xamón</p> <p>Segundo Prato: Bacallau guisado con patacas e chicharos</p> <p>Sobremesa: Froita</p>