

Novembro 2021

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
	2 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Lentellas vexetais ➤ Macarróns con carne ➤ Froita 	3 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Berexena rebozada ➤ Guiso de pavo ➤ logur/ natillas caseiras 	4 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa ➤ Peixe fresco con guarnición ➤ Froita 	5 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Revolto de setas ➤ Pizza ➤ Froita
8 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa de verduras ➤ Guiso de carne ➤ Froita 	9 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Potaxe de garavanzos con espinacas ➤ Peixe fresco con guarnición ➤ logur/xelatina/ compota 	10 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Xudías con xamón ➤ Polo asado con pataca asada ➤ Froita 	11 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa ➤ Bolo preñado ➤ Castañas asadas 	12 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Crema de porros ➤ Potas encebolladas con arroz ➤ logur/xelatina / compota
15 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa ➤ Peituga de polo con ensalada ➤ logur/xelatina/ compota 	16 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz 3 delicias ➤ Bacallau á portuguesa ➤ Froita 	17 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Cabaciña ao forno ➤ Xamón asado con puré de pataca ➤ Froita 	18 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Fabas ➤ Peixe fresco con guarnición ➤ logur/xelatina/ compota 	19 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Caldo ➤ Lombo de porco con ensalada de tomate ➤ Froita
22 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pisto ➤ Arroz integral con polo ➤ Queixo con marmelo 	23 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Callos ➤ Pescada á romana con ensalada ➤ Froita 	24 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Lentellas ➤ Tortilla de chicharos ➤ logur/xelatina / compota 	25 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Champiñóns ao forno con queixo ➤ Marmitako de atún ➤ Froita 	26 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Ensalada mixta ➤ Costela asada con patacas fritidas ➤ Xeado
29 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Fabas ➤ Filete de porco empanado ➤ Zume de laranxa 	30 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Caldo ➤ Peixe fresco con guarnición ➤ logur/xelatina/ compota 	 <p>Alto me vexo no meu capelexo, por unha risada quedei sen nada</p>		

Bebida: auga

Froita do mes: mazá, plátano, pera, kiwi, mandarina, laranxa

*Os usuarios poden substituír as sobremesas de iogur e xelatina por froita. Esta sérvese en pezas enteiras e macedonia.