

CEE MANUEL LÓPEZ NAVALÓN

DECEMBRO

MENÚ



Entre Nadal e Xaneiro, inverno verdadeiro

SEMANA 1	SEMANA 2	SEMANA 3	SEMANA 4
LUNS 4 GARAVANZOS CON VERDURAS COELLO A PRANCHA CON PATACA ASADA LARANXA	LUNS 11 CREMA DE ESPINACAS ALBÓNDEGA DE TENREIRA PASTA INTEGRAL CON ACEITE DE OLIVA E OUREGO IOGUR NATURAL BIO	LUNS 18 ENSALADA DE FEIXÓNS VERDES, OVO COCIDO, PEMENTO E CEBOLA. PASTA INTEGRAL Á BOLOÑESA IOGUR BIO CON FROITAS	LUNS 25
MARTES 5 ESPINACAS Á CREMA PESCADA FERVIDA CON ARROZ IOGUR NATURAL	MARTES 12 GARAVANZOS CON ESPINACAS E OVO DURO. BACALLAO Á PORTUGUESA CON GORNICIÓN DE PATACAS CON ALLO UVAS	MARTES 19 VERDURAS ASADAS CON VENTRESCAS. POLO AO FORNO CON GORNICIÓN DE PATATCAS CON ALLO. MACEDONIA DE FROITAS VARIADAS	MARTES 26
MÉRCORES 6 DÍA DA CONSTITUCIÓN FESTIVO	MÉRCORES 13 BROCOLI CON PATACAS E ENSALADA DE PEMENTOS ASADOS. PAELLA DE POLO MAZÁ	MÉRCORES 20 CREMA DE CENOIRA E PORROS COMBO DE DOURADA A GRELLA E ENSALADA PLÁTANOS	MÉRCORES 27
XOVES 7 DÍA DO ENSINO FESTIVO	XOVES 14 FEIXÓNS SALTEADOS PESCADA CON ARROZ E TOMATE, VERDURAS ASADAS CON ARROZ INTEGRAL. KIWI	XOVES 21 SOPA DE CHÍCHAROS E CABACIÑA LURAS AO ALLO CON PATACAS FERVIDAS MAZÁ	XOVES 28
VENRES 8 DÍA DA INMACULADA	VENRES 15 ESPINACAS SALTEADAS CON OVO ESCALOPINS CON TOMATE E PATACAS GRATINADAS UVAS	VENRES 22 INICIO VACACIÓNS DE NADAL BOAS FESTAS!	VENRES 29

ALGÚNS TERMOS GALEGOS E O CORRESPONDENTE EN CASTELÁN: PESCADA (MERLUZA), PORROS (PUERROS), LURAS (CALAMARES), FEIXÓNS VERDES (JUDÍAS VERDES).