

## FEBREIRO

Día de antecede ou de pasena, cada pagón na súa casa

## MENÚ

| SEMANA 1  | SEMANA 2   | SEMANA 3   | SEMANA 4  |
|---|--|--|---|
|   | <p><b>LUNS 5</b></p> <p>LENTELLAS CON VERDURAS<br/>TOSTA INTEGRAL DE PEMENTO E<br/>ATÚN. ENSALADA DE CABAZA<br/>ASD. ACEITUNA, AGUACATE E<br/>RÚCULA .</p> <p><b>PLÁTANO</b></p> | <p><b>LUNS DE ENTROIDO</b></p> <p><b>12</b></p>  | <p><b>LUNS 19</b></p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>COSTELETA DE PORCO AO<br/>FORNO CON VERDURAS E<br/>GORNICIÓN DE ARROZ EN<br/>BRANCO</p> <p><b>PERAS</b></p>                                 |
|   | <p><b>MARTES 6</b></p> <p>CREMA DE CENOIRA E PORRO.</p> <p>POLO CON PEMENTO ROXO.</p> <p>ARROZ INTEGRAL CON SALSA DE<br/>TOMATE.</p> <p>IOGUR NATURAL ENTEIRO</p>                | <p><b>MARTES DE ENTROIDO</b></p> <p><b>13</b></p>  | <p><b>MARTES 20</b></p> <p>CREMA DE BRÓCOLI E<br/>GARAVANZOS.</p> <p>PASTA INTEGRAL Á<br/>MEDITERRÁNEA</p> <p>TIRAS DE TENREIRA CON<br/>VERDURAS</p> <p>COMPOTA DE FROITAS</p>                |
|   | <p><b>MÉRCORES 7</b></p> <p>MENESTRA DE VERDURAS CON<br/>OVO.</p> <p>PAPILLOTE DE BACALLAO CON<br/>VERDURAS</p> <p>PATACA COCIDA</p> <p>MAZÁ ASADA</p>                           | <p><b>MÉRCORES DE CINZA</b></p> <p><b>14</b></p>   | <p><b>MÉRCORES 21</b></p> <p>SOPA DE VERDURAS E ARROZ</p> <p>POLBO Á GALEGA</p> <p>PATACA FERVIDA</p> <p>PIÑA NATURAL</p>   |
| <p><b>XOVES 1</b></p> <p>MINESTRA DE VERDURAS CON<br/>OVOS</p> <p>PESCADA CON ARROZ INTEGRAL E<br/>TOMATE</p> <p><b>KIWI</b></p>  | <p><b>XOVES 8</b></p> <p>SOPA DE TOMATES ASADOS.</p> <p>LASAÑA DE CARNE DE TENREIRA,<br/>TOMATE, CENOIRA E ESPINACAS</p> <p><b>KIWI</b></p>                                      | <p><b>XOVES 15</b></p> <p>PASTA INTEGRAL CON OLIVA E<br/>OUREGO E GORNICIÓN DE<br/>PISTO.</p> <p>LURAS AO ALLO</p> <p>UVAS</p> | <p><b>XOVES 22</b></p> <p>WOK DE VERDURAS CON<br/>LAGOSTINOS.</p> <p>TORTILLA DE PATACAS CON<br/>GORNICIÓN DE CHAMPIÑÓNS<br/>ENSALADA DE TOMATES E<br/>LEITUGA.</p> <p>IOGURT BIO NATURAL</p> |
| <p><b>VENRES 2</b></p> <p>FEIXÓNS CON PATACAS.CENOIRA E<br/>XAMÓN</p> <p>ENSALADA DE ESPINACAS E<br/>CHAMPIÑÓNS. TORTILLA DE PATACA<br/>COCIDA</p> <p>IOGUR NATURAL ENTEIRO</p> | <p><b>VENRES 9</b></p> <p>PISTO DE BEREXENA</p> <p>PESCADA Á GALEGA(AVOE E<br/>PEMENTO) CON PATACA<br/>COCIDA.ENSALADA</p> <p>PIÑA NATURAL</p>                                   | <p><b>VENRES 16</b></p> <p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>POLO CON PEMENTOS E<br/>TOMATE,PATACAS AO FORNO</p> <p>IOGURT CON KIWIS</p>   | <p><b>VENRES 23</b></p> <p>ESPINACAS GRATINADAS.</p> <p>PESCADA AO PEREXIL,<br/>GORNICIÓN DE ARROZ BRANCO</p> <p>PERA</p>   |