

## OUTUBRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
<b>3</b> Crema de cenoria Peituga de polo con arroz Froita	<b>4</b> Ensalada de pasta Luras rebozadas Lácteo	<b>5</b> Chícharos con xamón Espaguetes á boloñesa Froita	<b>6</b> Sopa de fideos Pescada á prancha con pataca cocida Lácteo	<b>7</b> Tomate con mozzarella Raxo con gornición Froita
<b>10</b> Paella de verduras Fajitas Froita	<b>11</b> Sopa de fideos Ventresca de bacallau con brocoli Lácteo	<b>12</b>	<b>13</b> Crema de verduras Tortilla de pataca Lácteo	<b>14</b> Lentellas vexetais Macarróns con carne Froita
<b>17</b> Ensalada de arroz Zancos de polo ao forno Froita	<b>18</b> Brócoli con xamón Guiso de luras Lácteo	<b>19</b> Sopa de verduras Espaguetes á boloñesa Froita	<b>20</b> Ensalada de pasta Atún con salsa de tomate Lácteo	<b>21</b> Crema de cabaza Pizza caseira Froita
<b>24</b> Sopa de fideos Filete de porco con patacas fritidas Froita	<b>25</b> Cous cous con verduras Filete de pescada con ensalada Lácteo	<b>26</b> Sopa de verduras Albóndegas con arroz Froita	<b>27</b> Ovos recheos Paella de peixe Lácteo	<b>28</b> Crema de cenoria Pizza caseira Froita
<b>31</b> Chícharos con xamón Peituga de polo con arroz Froita				