

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
3 <b>FESTIVO</b>	4 <b>FESTIVO</b>	5 <b>FESTIVO</b>	6 <b>FESTIVO</b>	7 <b>FESTIVO</b>
10 <b>FESTIVO</b>	11 Caldo galego de repolo ou berzas Peixe ao forno en base de verduras Froita, pan e auga	12 Chícharos con xamón Paella con verduras logur, pan e auga	13 Ensalada 5 <b>Pavo ao forno con verduras</b> Froita, pan e auga	14 Minestra de verduras Bacallau o forno con arroz Froita, pan e auga
17 Ensaladilla <b>SEN OVO</b> Brócoli con allada e peixe azul á prancha Froita, pan e auga	18 Sopa de pasta Pescada a romana <b>SEN OVO</b> con ensalada mixta Froita, pan e auga	19 Potaxe de garavanzos con verduras Pizza vexetal logur, pan e auga	20 Crema de verduras de tempada Polo guisado con salsa de verduras e pataca Froita, pan e auga	21 Ensalada 3 Pasta con atún e pisto de verduras Froita, pan e auga
24 Crema de verduras de tempada Ensalada de arroz con <b>caballa</b> Froita, pan e auga	25 Coliflor con allada Pasta con cogomelos e gambas Froita, pan e auga	26 Lentellas con verduras Repolo con pataca e xamón con allada logur, pan e auga	27 Caldo galego de repolo ou berzas Pavo con arroz e champiñóns Froita, pan e auga	28 Ensalada 6 con laranxa Empanada de bonito Froita, pan e auga

Natalia Hospido Dietista Nutricionista, Nº Col GA00110

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
3 <b>FESTIVO</b>	4 <b>FESTIVO</b>	5 <b>FESTIVO</b>	6 <b>FESTIVO</b>	7 <b>FESTIVO</b>
10 <b>FESTIVO</b>	11 Ensalada de cherrys con pinchos de polo e champiñóns á prancha	12 Aguacate recheo de gambas ®	13 <b>Bocartes ao forno e ensalada</b>	14 Pasta de garavanzos con pisto de verdura
17 Crepes integrais de espinacas con champiñóns con garavanzos salteados ®	18 Salteado de arroz con pavo, cabaza e espinacas	19 Crema de berenxena asada <b>hamburguesa de tenreira</b>	20 Meigas á prancha con ensalada	21 Tosta de <u>paté de alubias</u> con rúcula
24 Raxo salteado con pemento e champiñóns	25 Minestra de verduras con chícharos	26 <b>Polo guisado con tomate e ensalada</b>	27 <u>Salteado de arroz integral</u> con Melva	28 Ensalada de inverno con fabas vermellas ®

Natalia Hospido Dietista Nutricionista, Nº Col GA00110