

**MENÚ NOVEMBRO 2022**

	MARTES 1	MÉRCORES 2	XOVES 3	VENRES 4
	<b>NON LECTIVO</b>	<b>Primeiro Prato:</b> Crema de verduras <b>Segundo Prato:</b> Pescada en salsa verde con patacas cocidas <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Chicharos con ovo cocido <b>Segundo Prato:</b> Polo ao forno con arroz e verduras <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Ensalada de pasta de cores <b>Segundo prato:</b> Palometa á prancha con ensalada (leituga, tomate, cebola) <b>Sobremesa:</b> logur Natural
LUNS 7	MARTES 8	MÉRCORES 9	XOVES 10	VENRES 11
<b>Primeiro Prato:</b> Tosta de xoubas con tomate natural <b>Segundo Prato:</b> Grelas, ovo cocido, patacas e chourizo <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Crema de cabaciña e cabaza <b>Segundo Prato:</b> Pescada á romana con patacas cocidas <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Caldo de repolo <b>Segundo Prato:</b> Lombo de porco ao forno con arroz e pementos <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Sopa de fideos <b>Segundo Prato:</b> Guiso de polo con patacas e verduras <b>Sobremesa:</b> logur Natural	<b>Primeiro Prato:</b> Chicharos con xamón <b>Segundo Prato:</b> Pasta con atún e verduras <b>Sobremesa:</b> Froita
LUNS 14	MARTES 15	MÉRCORES 16	XOVES 17	VENRES 18
<b>Primeiro Prato:</b> Menestra de verduras <b>Segundo Prato:</b> Guiso de luras con arroz <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Lentellas vexetais <b>Segundo Prato:</b> Tortilla paisana con ensalada <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Sopa de fideos <b>Segundo Prato:</b> Cocido (polo, carne, chourizo, pataca, verdura e garavanzos) <b>Sobremesa:</b> logur Natural	<b>Primeiro Prato:</b> Brócoli en allada <b>Segundo Prato:</b> Polo asado con patacas <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Crema de cenoria <b>Segundo prato:</b> Palometa con pasta ao allo <b>Sobremesa:</b> Froita
LUNS 21	MARTES 22	MÉRCORES 23	XOVES 24	VENRES 25
<b>Primeiro Prato:</b> Potaxe de garavanzos con verduras <b>Segundo Prato:</b> Tortilla de pataca con ensalada (tomate, cebola e olivas) <b>Sobremesa:</b> logur Natural	<b>Primeiro Prato:</b> Menestra de verduras con ovo cocido <b>Segundo Prato:</b> Arroz con tenreira e verduras <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Xudías verdes con xamón <b>Segundo prato:</b> Pescada con patacas e chicharos <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Espaguetes con salsa de tomate <b>Segundo Prato:</b> Guiso de pavo con verduras <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Brócoli con patacas en allada <b>Segundo Prato:</b> Abadeixo ao forno con arroz e verduras <b>Sobremesa:</b> Froita
LUNS 28	MARTES 29	MÉRCORES 30		
<b>Primeiro Prato:</b> Chicharos con ovo cocido <b>Segundo Prato:</b> Polo ao forno con arroz e verduras <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Crema de verduras <b>Segundo Prato:</b> Milanesa de polo e ensalada (pataca, pementos e tomate) <b>Sobremesa:</b> Froita	<b>Primeiro Prato:</b> Coliflor en allada <b>Segundo Prato:</b> Pescada en salsa verde con patacas cocidas <b>Sobremesa:</b> Froita		