



MENÚ NOVEMBRO 2017

		Primeiro prato	Segundo prato	Sobremesa	Día
PRIMEIRA SEMANA	MÉRCORES	NON LECTIVO	NON LECTIVO	NON LECTIVO	1
	XOVES	Hélices con atún e tomate	Revolto de setas e gambas	Mazá/pera	2
	VENRES	Arroz con cogomelos	Peixe espada ó forno con pisto	logur natural	3
SEGUNDA SEMANA	LUNS	Brécol con allo e ovo cocido	Pescada en salsa verde con arroz	Mandarina	6
	MARTES	Lentellas estufadas	Zanca de polo ó forno con ensalada de leituga e tomate	Mazá	7
	MÉRCORES	Crema de verduras	Tortilla de pataca con ensalada de leituga e tomate	Plátano	8
	XOVES	Ensalada mixta	Guiso de chipiróns	Flan de ovo	9
	VENRES	Puré de cabaza	Lacón asado con pataca cocida	Macedonia	10
TERCEIRA SEMANA	LUNS	Sopa de fideos	Marmitako de bonito	logur bebible	13
	MARTES	Chícharos con xamón	Brocheta de polo con puré de pataca	Uvas	14
	MÉRCORES	Ensalada de arroz	Albóndegas en salsa de tomate con pataca cocida.	Kiwi	15
	XOVES	Garvanzos estofados	Calamares á romana con ensalada	Mandarina	16
	VENRES	Tallaríns salteados con gambas	Tortilla de atún con ensalada	Plátano	17
CUARTA SEMANA	LUNS	Fabas estofadas con verduras	Salmón á prancha con ensalda	Xelatina de frutas	20
	MARTES	Pizza	Lomo adobado con ensalada	Mandarina	21
	MÉRCORES	Ensaladilla rusa	Costela asada ó forno con patacas.	logur ecolóxico	22
	XOVES	Coliflor con salsa de tomate e xouvas.	Peituga de pavo en salsa con menestra	Natillas caseiras	23
	VENRES	Ensalada templada de pasta	Merluza á romana con chícharos.	Macedonia de froita natural	24
QUINTA SEMANA	LUNS	Ensalada mixta.	Guiso de tenreira, patacva e cenoria.	Pera	27
	MARTES	Lentellas estofadas	Tortilla de espinacas e gambas	Uvas	28
	MÉRCORES	Caldo galego.	Atún á prancha con ensalada	Arroz con leite	29
	XOVES	Puré de verduras	Polo á prancha con patacas fritidas	Kiwi	30

ESTES MENÚS PODEN SUFRIR LIXEIRAS VARIACIÓN SEGUNDO NECESIDADES. ESTÁN SUPERVISADOS POLA NUTRICIONISTA ROSA GARCÍA-JUNCEDA FERNÁNDEZ.