



MENÚ SETEMBRO 2020

		Primeiro prato	Segundo prato	Sobremesa	Día
PRIMEIRA SEMANA	XOVES	Crema de verduras	Macarróns a boloñesa	Plátano	10
	VENRES	Empanada de carne	Pescada rebozada con ensalada de tomate	Helado	11
SEGUNDA SEMANA	LUNS	Ensalada mixta	Arroz con costela e verduras	logur	14
	MARTES	Lentellas con verduras	Raxo con patatas fritidas	Froita	15
	MÉRCORES	Chícharos con xamón	Salmón a prancha con puré	logur	16
	XOVES	Ensalada de pasta	Peituga de polo con leituga	Froita	17
	VENRES	Ensalada de tomate, queixo fresco e nozes	Guiso de chipiróns	Froita	18
TERCEIRA SEMANA	LUNES	Crema de cabaciña	Sardinilla con ovo, tomate e cachelos	Froita	21
	MARTES	Fabas con verduras	Filete de pavo con ensalada de leituga e tomate	logur	22
	MÉRCORES	Xudías en salsa	Bacallau con patatas panadeira e verduras	Froita	23
	XOVES	Pasta con salsa de tomate natural	Costela asada con pementos	Froita	24
	VENRES	Ensalilla	Hamburguesa con champiños salteados	logur	2
	LUNS	Sopa de fideos	Polo o allo con ensalada de leituga	Froita	28
	MARTES	Ensaladade tomate con queixo e aguacate e olivas	Garavanzos con bacallau e verduras	logur	29
	MÉRCORES	Brécol con ovo relado e allada	Arroz con terneira e verduras	Froita	30

Ribadeo, 10 de Setembro 2020