

	LUNS		MARTES		MÉRCORES		XOVES		VENRES	
	4 DECEMBRO	Suxerencia de Cea	5 DECEMBRO	Suxerencia de Cea	6 DECEMBRO	Suxerencia de Cea	7 DECEMBRO	Suxerencias de Cea	8 DECEMBRO	Suxerencias de Cea
2ª Semana	BRÓCOLI CON CENORIA	ENSALADA DE TOMATE,PEMENTO E COGOMBRO CON VINAGRETA DE XEMA DE OVO	SOPA DE FIDEOS	ENSALADA DE BROTES VERDES CON AGUACATE	FESTIVOS E NON LECTIVOS					
	PASTA BOLOÑESA CON CARNE PICADA	HAMBURGUESA DE SALMÓN CON ALLO,PEREXIL,TOMILLO E PAN RELADO	PEIXE FRITO CON ENSALADA	HAMBURGUESA DE GARAVANZOS						
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA						
	11 DECEMBRO	Suxerencia de Cea	12 DECEMBRO	Suxerencia de Cea	13 DECEMBRO	Suxerencia de Cea	14 DECEMBRO	Suxerencias de Cea	15 DECEMBRO	Suxerencias de Cea
3ª Semana	ARROZ PRIMAVERA CON VERDURAS OU DE CABACÍN CON QUEIXO (CEBOLA,CABACÍN EN DADOS E QUEIXO)	ENSALADA VARIADA CON SOIA	CALDO DE GRELO OU NABIZA (CALDO DE OSOS, COSTELA SALADA, AGUA, SAL, GRELO,PATACA E FABAS)	TOMATES ASADOS	LENTELLAS CON VERDURAS	ENSALADA DE TOMATE E AGUACATE	CREMA DE CENORIA (CENORIA, PORRO,PATACA,CEBOLA, CALDO DE POLO,AUGA, ACEITE DE OLIVA VIRXE,SAL IODADO, PEMENTA NEGRA)	ENSALADA DE TOMATE E CEBOLA	TALLARÍNS CON CHAMPIÑONS OU COGUMELOS OU EN SALSA LIXEIRA DE CHAMPIÑONS OU SALSA DE TOMATE	ENSALADA VARIADA
	PESCADO ENFARIÑADO , GORNICIÓN PEMENTOS ASADOS OU ENSALADA	QUINOA CON VERDURAS E QUEIXO	FILETE DE POLO, GORNICIÓN ENSALADA	GUIZO DE PEIXE CON PATACA	TORTILLA DE PATACA, GORNICIÓN TOROS DE TOMATE	PEIXE A PRANCHA CON GORNICIÓN DE ARROZ SALVAXE	PEIXE BRANCO EN SALSA VERDE (SALSAS CON CHÍCHAROS , FARIÑA,CEBOLA,PORRO, SAL E ALLO)	REVOLTO DE OVO,GRELO E GAMBAS	TENREIRA GUISADA, GORNICIÓN ENSALADA (LEITUGA,TOMATE, CENORIA)	PEMENTOS RECHEOS DE XARDA E OVO
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
	18 DECEMBRO	Suxerencia de Cea	19 DECEMBRO	Suxerencia de Cea	20 DECEMBRO	Suxerencia de Cea	21 DECEMBRO	Suxerencias de Cea		Suxerencias de Cea
4ª Semana	ENSALADA DE VARIIDADES DE LEITUGA,TOMATE CEREIXA, CON QUEIXO E FROITAS	BRÓCOLI AO VAPOR	XUDÍAS VERDES CON REFRITO	ENSALADA DE TOMATE CON QUEIXO MOZZARELLA E OLIVA NEGRA	CREMA DE CABACÍN (CABACÍN, PORRO, PATACA, CEBOLA, CALDO DE POLO, AUGA, ACEITE DE OLIVA VIRXE, SAL IODADO, PEMENTA NEGRA OU PEMENTA VERMELLA)	ESPÁRRAGOS Á VINAGRETA	CROQUETAS OU LURAS REBOZADAS	FERVIDO DE VERDURAS	NON LECTIVO	
	PAELLA INFANTIL (POLO, PEIXE E MARISCO)	REVOLTO DE OVO CON PATACA	PASTA CON ATÚN	HAMBURGUESA DE LENTELLAS	FILETE DE PAVO , ENSALADA DE LEITUGA,TOMATE, MILLO DOCE, CENORIA RELADA	TORTILLA DE ESPINACAS, PATACA E ATÚN	LOMBO CON ENSALADA (LEITUGA,TOMATE,CENORIA RELADA)	DOURADA Á PRANCHA,PATACA COCIDA		
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA		
NUTRICIONISTA: ANA ISABEL FERNÁNDEZ ESCUREDO.Nº COLEGIADO: GA-00117										