

	Luns		Martes		Mércores		Xoves		Venres	
	01 novembro	Suxerencias de Cea	02 novembro	Suxerencias de Cea	03 novembro	Suxerencias de Cea	04 novembro	Suxerencias de Cea	05 novembro	Suxerencias de Cea
1ª Semana	<b>FESTIVO</b>		SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS E GARAVANZOS (CABACÍN, PORRO, CENORIA, ALLO, FIDEO, GARAVANZO, ACEITE DE OLIVA, SAL, PEMENTA E COMINO EN POLVO)	TIMBAL DE TOMATE CON AGUACATE	CREMA DE CABACÍN	ENSALADA DE COENGOS CON MANGO E QUEIXO	ENSALADA CON QUEIXO E PIÑA	CHAMPIÑONS CON XAMÓN	XUDÍAS VERDES CON XAMÓN	ESCALIBADA
			PESCADA Á ROMANA CON ENSALADA	HAMBURGUESA DE GARAVANZOS	TORTILLA DE PATACA GUISADA EN SALSA DE TOMATE, GORNICIÓN ENSALADA	PEITUGA DE POLO Á PRANCHA CON ARROZ	BACALLAU AO FORNO CON RUSTRIDO POR RIBA E PATACA COCIDA	FIDEOS CON PAVO	POLO EN SALSA (CHAMPIÑÓN, CENORIA, CEBOLA, ALLO, AUGA, ACEITE DE OLIVA, PEMENTA NEGRA, SAL...), GORNICIÓN ARROZ BRANCO	LUBINA Á PRANCHA CON PATACA
			FROITA		FROITA		FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
	08 novembro	Suxerencias de Cea	09 novembro	Suxerencias de Cea	10 novembro	Suxerencias de Cea	11 novembro	Suxerencias de Cea	12 novembro	Suxerencias de Cea
2ª Semana	COLIFLOR CON CENORIA E OVO RELADO	SOPA DE VERDURIÑAS CON ESTRELAS	ENSALADILLA	ENSALADA DE COENGOS, MAZÁ E NOCES	CREMA DE VERDURAS	ENSALADA DE TOMATE E COGOMBRO	ENSALADA CON OVO COCIDO E XARDA OU MELVA	CREMA DE PORROS CON PATACA	ENSALADA DE PASTA CON TOMATE FRESCO	
	RAGÚ DE TENREIRA CON PATACAS E VERDURAS (REFOGAR CEBOLA, CENORIAS, BERENXENA, CABACIÑA E PEMENTOS VERDE E VERMELLO, ALLO, PEREXIL...CALDO DE VERDURAS)	TORTILLA DE PATACA E ESPINACAS	PEIXE AO FORNO, GORNICIÓN TOMATE ASADO AO FORNO	LOMBO CON COUSCOUS	POLO GUISADO CON PASTA E CHAMPIÑONS.	SALMONETE CON PATATA COCIDA	PAELLA INFANTIL	ROLOS DE XAMÓN COCIDO RECHEOS DE LEITUGA,PIÑA , QUEIXO E OVO	COCIDO COMPLETO E SOBREMESA ESPECIAL	REVOLTO DE GRELOS E LANGOSTINOS
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	MACEDONIA DE FROITAS	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	
	15 novembro	Suxerencias de Cea	16 novembro	Suxerencias de Cea	17 novembro	Suxerencias de Cea	18 novembro	Suxerencias de Cea	19 novembro	Suxerencias de Cea
3ª Semana	MINISTRA DE VERDURAS CON XAMÓN	ENSALADA DE BROTES VERDES CON HUMUS	PUCHEIRO DE PATACAS GUISADAS CON CEBOLA, PEMENTO E OVO (PATACA, CEBOLA, PEMENTO VERMELLO, ALLO, OVO, TOMATE, ACEITE DE OLIVA, PEMENTÓN E SAL IODADO)	ENSALADA DE TOMATE E PEMENTO ASADO	SOPA DE REPOLO EN XULIANA (REPOLO, PORRO, APIO, ALLO, SAL, PEMENTA NEGRA, LOUREIRO, CALDO DE AVE E ACEITE DE OLIVA) OU CALDO DE REPOLO	ENSALADA CAMPERA DE VERDURAS E PATACA	BRÓCOLI CON CENORIA E OVO RELADO	ENSALADA DE LEITUGA, MAZÁ E QUEIXO	FABAS CON VERDURAS (ALLO PORRO, PEMENTO, CENORIA, ALLO, LOUREIRO)	ENSALADA ESCAROLA, GRANADA E XERMINADOS DE SOIA
	PASTA CON ATÚN, SALSA DE TOMATE, OVO COCIDO E CHAMPIÑONS	TORTILLA DE PATACA	PEIXE BRANCO AO FORNO SOBRE BASE DE CABACÍN OU VERDURAS. ENSALADA CON OLIVAS SEN OSO	HAMBURGUESA VEXETAL	ALBÓNDEGAS Á PRIMAVERA (CON CHÍCHAROS),GORNICIÓN: ARROZ BRANCO	OVOS AO PRATO	GUIZO DE BACALLAU CON PATACAS E PEMENTOS (BACALLAU, PATACA, PEMENTO VERDE, PEMENTO VERMELLO, CEBOLA, TOMATE FRITO, ACEITE DE OLIVA E SAL)	HAMBURGUESA DE GARAVANZOS	PEITUGA DE POLO CON ENSALADA	XOUBAS AO FORNO CON PATACA ASADA
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
	22 novembro	Suxerencias de Cea	23 novembro	Suxerencias de Cea	24 novembro	Suxerencias de Cea	25 novembro	Suxerencias de Cea	26 novembro	Suxerencias de Cea
4ª Semana	FEIXONS VERDES CON CENORIA, PATACA E SALSA DE TOMATE	ENSALADA DE TOMATE,COGOMBRO E PEMENTO	CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADA DE LEITUGA,MANGO E PAPAIA	EMPANADA DE XOUBAS	MINISTRA DE VERDURAS	CREMA DE CENORIA	TIMBAL DE TOMATE E AGUACATE CON XERMINADOS DE SOIA	ENSALADA MIXTA CON OVO E OLIVAS SEN OSO	TOMATE CON CEBOLA
	LOMBO OU RAXO Á PRANCHA CON PEMENTOS ASADOS	PATACAS SALTEADAS CON OVOS ESTRELADOS	BACALLAU OU FOGONEIRO Á ROMANA CON ENSALADA	PAVO CON PASTA GRATINADA	LENTELLAS COCIÑADAS CON VERDURAS	LOMBO Á PRANCHA CON PATACA COCIDA	COSTELA ASADA, GORNICIÓN ARROZ	OVOS REVOLTOS CON CHÍCHAROS E CHAMPIÑONS	GUIZO DE PEIXE,LURAS E MARISCO CON PATACA	ARROZ TRES DELICIAS
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
	29 novembro	Suxerencias de Cea	30 novembro	Suxerencias de Cea	NUTRICIONISTA:ANA ISABEL FDEZ ESCUREDO.NÚMERO DE COLEGIADO GA00117					
5ª Semana	PASTA CON CABACÍN E QUEIXO	CREMA DE COGUMELOS CON PATACA E QUEIXO	CREMA DE CABAZA	ESPÁRRAGOS TRIGUEROS						
	PORCO ASADO CON SALSA DE VERDURAS	PEIXE AO FORNO	TORTILLA DE PATACA, ENSALADA	ARROZ MILANESA						
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA						