

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
30/01/2023	31/01/2023	01/02/2023	02/02/2023	03/02/2023
		XUDIAS VERDES CON XAMÓN	ESPAGUETTI CON SALSA DE TOMATE	BROCOLI CON PATACAS E ALLADA
		BACALLAO GUISADO CON PATACAS E CHÍCHAROS	ROTI O FORNO	MEDALLON DE SALMON
		FROITA	ENSALADA (leituga, maza e millo)	ARROZ CON VERDURAS
			FROITA	FROITA
		CA CAO, ZUME, PAN CON ACEITE	LEITE, CEREAIS E FROITA	LEITE, BISCOITO E FROITA
		SANDWICH COMPLETO LÁCTEO	PESCADA COCIDA LÁCTEO	COSTELETA CON ENSALADA LÁCTEO
06/02/2023	07/02/2023	08/02/2023	09/02/2023	10/02/2023
COLIFLOR CON ALLADA	CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADILLA DE PASTA DE CORES	ESTUFADO DE FABAS CON VERDURAS	CREMA DE VERDURAS (cenoria e porro)
PESCADA EN SALSA VERDE	COELLO O FORNO	GUISO DE ATÚN	ARROZ CON BACALLAO E OVO	MILANESA DE POLO
PATACAS COCIDAS	CON ARROZ CON VERDURAS			ENSALADA (pataca, pementos, remolacha e tomate)
FROITA	IOGUR NATURAL	FROITA	FROITA	FROITA
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>				
ZUME, QUEIXO C/PAN	GALLETAS, IOGUR E FROITA	LEITE CON BISCOITO E FROITA	LEITE, ZUME, PAN E MANTEIGA	LEITE, TOSTADAS E FROITA
RAPANTE A PRANCHA LÁCTEO	PEITUGA DE PAVO LÁCTEO	FILETE DE TENREIRA LÁCTEO	TORTILLA FRANCESA CON GAMBAS FROITA	LOMBO ADUBADO A PRANCHA LÁCTEO
13/02/2023	14/02/2023	15/02/2023	16/02/2023	17/02/2023
SOPA DE PEIXE E ESTRELIÑAS	CALDO DE REPOLO	CREMA DE VERDURAS (cabaciña e cabaza)	CHÍCHAROS CON XAMON	TOSTA DE SARDIÑAS CON TOMATE NATURAL
OVOS CON PISTO DE VERDURAS E PATACAS	LOMBO DE PORCO	FILETE DE PESCADA A ROMANA	CANELONS DE ATÚN E VERDURAS	GRELOS CON OVO COCIDO, PATACAS E CHOURIZO
ARROZ CON PEMENTOS		PATACAS COCIDAS E ENSALADA DE TOMATE		
IOGUR NATURAL	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>				
LEITE, CACAO, CEREAIS E FROITA	LEITE, ZUME, GALLETAS	LEITE, FROITA PAN E MANTEIGA	QUEIXO, FROITOS SECOS E FROITA	LEITE CON CEREAIS E ZUME
ENSALADA CON FROITOS SECOS E ATÚN LÁCTEO	MACARRONS BOLOÑESA LÁCTEO	POLO Ó FORNO LÁCTEO	PESCADA FROITA	PEITUGA DE PAVO LÁCTEO
20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	23/02/2023	24/02/2023
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	CREMA DE CENORIA	SOPA DE FIDEOS
			PEIXE AZUL	COCIDO (Polo, carne, chourizo, patacas, verdura e garavanzos)
			ESPAGUETTI O ALLO	
			FROITA	IOGUR NATURAL
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>				
			GALLETAS, IOGUR E FROITA	CA CAO, PAN C/ACEITE E ZUME
			ENSALADA CON ATÚN FROITA	POLO A PRANCHA LÁCTEO
27/02/2023	28/02/2023	01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023
POTAXE DE GARAVANZOS, VERDURAS E PASTA	MINESTRA DE VERDURAS CON OVO COCIDO			
TORTILLA CON GAMBAS E CHAMPIÑONS	ARROZ CON TENREIRA E VERDURAS			
ENSALADA (tomate, cebola e olivas				
IOGUR NATURAL	FROITA			
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>				
LEITE, GALLETAS E FROITA	LEITE, PAN E MERMELEDA			
LURAS A PRANCHA LÁCTEO	PEITUGA DE POLO A PRANCHA FROITA			