

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
03/10/2022	04/10/2022	05/10/2022	06/10/2022	07/10/2022
ENSALADILLA DE PASTA DE CORES	CREMA DE CHÍCHAROS	COLIFLOR CON ALLADA	ESTUFADO DE FABAS CON VERDURAS	CREMA DE VERDURAS (cenoria e porro)
GUIZO DE ATÚN	COELLO O FORNO	PESCADA EN SALSA VERDE	ARROZ CON BACALLAO E OVO	MILANESA DE POLO
FROITA	CON ARROZ CON VERDURAS	PATACAS COCIDAS	FROITA	ENSALADA (pataca, pementos, remolacha e tomate)
ZUME, QUEIXO C/PAN	IOGUR NATURAL	FROITA	FROITA	FROITA
RAPANTE A PRANCHA LÁCTEO	GALLETAS, IOGUR E FROITA	LEITE CON BISCOITO E FROITA	LEITE, ZUME, PAN E MANTEIGA	LEITE, TOSTADAS E FROITA
10/10/2022	11/10/2022	12/10/2022	13/10/2022	14/10/2022
SOPA DE PEIXE E ESTRELIÑAS	PEITUGA DE PAVO LÁCTEO	FILETE DE TENREIRA LÁCTEO	TORTILLA FRANCESA CON GAMBAS FROITA	LOMBO ADUBADO A PRANCHA LÁCTEO
OVOS CON PISTO DE VERDURAS E PATACAS	CALDO DE REPOLO	FESTIVO	CHÍCHAROS CON XAMON	TOSTA DE SARDIÑAS CON TOMATE NATURAL
IOGUR NATURAL	ARROZ CON PEMENTOS		CANELONS DE ATÚN E VERDURAS	GRELOS CON OVO COCIDO, PATACAS E CHOURIZO
LEITE, CACAO, CEREAIS E FROITA	FROITA		FROITA	FROITA
ENSALADA CON FROITOS SECOS E ATÚN LÁCTEO	LEITE, ZUME, GALLETAS		QUEIXO, FROITOS SECOS E FROITA	LEITE CON CEREAIS E ZUME
17/10/2022	18/10/2022	19/10/2022	20/10/2022	21/10/2022
BROCOLI CON PATACAS E ALLADA	MACARRONS BOLOÑESA LÁCTEO	LENTELLAS CON VERDURAS E ARROZ	PESCADA FROITA	PEITUGA DE PAVO LÁCTEO
POLO ASADO	ESPINACAS CON BECHAMEL GRATINADA	TORTILLA PAISANA	CREMA DE CENORIA	SOPA DE FIDEOS
PURE DE PATACA E ENSALADA (LEITUGA, CENORIA E MILLO)	GUIZO DE LURAS CON ARROZ	ENSALADA (leituga, tomate e cebola)	PEIXE AZUL	COCIDO (Polo, carne, chourizo, patacas, verdura e garavanzos)
FROITA	FROITA	FROITA	ESPAGUETTI O ALLO	IOGUR NATURAL
LEITE, ZUME, GALLETAS E MERMELEDA	LEITE CON BOLERIA E FROITA	LEITE, ZUME E CEREAIS	GALLETAS, IOGUR E FROITA	CACAO, PAN C/ACEITE E ZUME
24/10/2022	25/10/2022	26/10/2022	27/10/2022	28/10/2022
REVOLTO DE ESPINACAS LÁCTEO	FILETE DE TENREIRA LÁCTEO	PECADA O VAPOR LÁCTEO	ENSALADA CON ATÚN FROITA	POLO A PRANCHA LÁCTEO
MINISTRA DE VERDURAS CON OVO COCIDO	POTAXE DE GARAVANZOS, VERDURAS E PASTA	XUDIAS VERDES CON XAMÓN	CREMA DE CENORIA	SOPA DE FIDEOS
ARROZ CON TENREIRA E VERDURAS	TORTILLA CON GAMBAS E CHAMPIÑONS	BACALLAO GUISADO CON PATACAS E CHÍCHAROS	PEIXE AZUL	COCIDO (Polo, carne, chourizo, patacas, verdura e garavanzos)
FROITA	ENSALADA (tomate, cebola e olivas)	FROITA	ESPAGUETTI O ALLO	IOGUR NATURAL
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>	IOGUR NATURAL	FROITA	ESPAGUETTI CON SALSA DE TOMATE	BROCOLI CON PATACAS E ALLADA
LEITE, GALLETAS E FROITA	LEITE, PAN E MERMELEDA	CACAO, ZUME, PAN CON ACEITE	LEITE, CEREAIS E FROITA	LEITE, BISCOITO E FROITA
LURAS A PRANCHA LÁCTEO	PEITUGA DE POLO A PRANCHA FROITA	SANDWICH COMPLETO LÁCTEO	PESCADA COCIDA LÁCTEO	COSTELETA CON ENSALADA LÁCTEO