

MENÚ NOVEMBRO 2023

		PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA
XOVES	2	Minestra de verduras	Peituga á prancha con guarnición	Castañas asadas
VENRES	3	Sopa de letras	Bacallau á romana con ensalada de tomate	Froita
LUNS	6	Crema de cabaza	Polo guisado con fideos	Froita
MARTES	7	Lentellas con chourizo	Raia á andaluza con ensalada	Iogur
MÉRCORES	8	Ensalada mixta	Albóndegas con arroz branco	Froita
XOVES	9	Brócoli refogado	Empanada de xamón e queixo	Pexego con crema de iogur
VENRES	10	Sopa de fideos	Salmón á prancha con pataca cocida	Froita
LUNS	13	Caldo galego	Tallaríns con tomate e atún	Piña no seu zume
MARTES	14	Chícharos refogados	Polo "chilindrón" con arroz	Iogur
MÉRCORES	15	Fabada	Milanesa con patacas fritas	Froita
XOVES	16	Macarróns con tomate	Pescada á prancha con ensalada	Bica de nata
VENRES	17	Sopa de cus-cus	Pizza caseira de xamón e queixo	Froita
LUNS	20	Sopa de estrelas	Ás de polo ó forno con patacas	Froita
MARTES	21	Feixóns refogados	Bonito á rioxana con arroz	Iogur
MÉRCORES	22	Caldo de verduras	Hamburguesa con patacas "chips"	Xelatina
XOVES	23	Espaguetes con champiñóns	Delicias do mar empanadas con ensalada	Froita
VENRES	24	Coliflor con cenorias	Costela guisada con patacas	Queixo con marmelo
LUNS	27	Sopa "minestrone"	"Paninis" de xamón	Iogur
MARTES	28	Potaxe de garavanzos	Tortilla de patacas con ensalada	Froita
MÉRCORES	29	Crema de cenorias	Xarrete guisado con patacas	Tortiñas con nata
XOVES	30	Arroz 3 delicias	Palometa empanada con tomate	Froita
VENRES	1	Sopa de	Xamón asado	Flan de ovo