

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
27/09/2021	28/09/2021	29/09/2021	30/09/2021	01/10/2021
				VASO DE LEITE CON SUCRE OU MEL
				COPOS DE MILLO
				MAZÁ
04/10/2021	05/10/2021	06/10/2021	07/10/2021	08/10/2021
VASO DE LEITE CON SUCRE OU MEL	IOGUR NATURAL	QUEIXO FRESCO	VASO DE LEITE CON CACAO	IOGUR NATURAL
PAN FRESCO DO DÍA	BOLACHAS TIPO MARÍA	PAN FRESCO DO DÍA	CEREALES DE ARROZ	PAN FRESCO DO DÍA
PERA	KIWI	ZUME LARANXA FRESCA NATURAL	PLÁTANO	MANDARINA
ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA		ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA		ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA
11/10/2021	12/10/2021	13/10/2021	14/10/2021	15/10/2021
		IOGUR NATURAL	IOGUR NATURAL	VASO DE LEITE CON CACAO
NON LECTIVO	FESTIVO	PAN FRESCO DO DÍA	BOLACHAS TIPO MARÍA	COPOS DE MILLO
		MAZÁ	ZUME LARANXA FRESCA NATURAL	PERA
		ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA		
18/10/2021	19/10/2021	20/10/2021	21/10/2021	22/10/2021
VASO DE LEITE CON CACAO	IOGUR NATURAL	VASO DE LEITE CON SUCRE OU MEL	IOGUR NATURAL	VASO DE LEITE CON CACAO
BOLACHAS TIPO MARÍA	COPOS DE MILLO	PAN FRESCO DO DÍA	COPOS DE TRIGO	PAN FRESCO DO DÍA
ZUME LARANXA FRESCA NATURAL	KIWI	PERA	PLÁTANO	MANDARINA
		ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA		ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA
25/10/2021	26/10/2021	27/10/2021	28/10/2021	29/10/2021
IOGUR NATURAL	VASO DE LEITE CON CACAO	IOGUR NATURAL	QUEIXO FRESCO CON NOCES	VASO DE LEITE CON SUCRE OU MEL
BOLACHAS TIPO MARÍA	PAN FRESCO DO DÍA	COPOS DE TRIGO	PAN FRESCO DO DÍA	COPOS DE MILLO
PLÁTANO	PERA	KIWI	ZUME LARANXA FRESCA NATURAL	MAZÁ
	ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA		ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA	

LUNS				MARTES				MÉRCORES				XOVES				VENRES			
27/09/2021				28/09/2021				29/09/2021				30/09/2021				01/10/2021			
																XUDIÁS CON ALLADA			
																ALBÓNDEGAS EN SALSA DE TOMATE			
																ARROZ			
																PERA			
																Kcal	Port	Lip	HC
																730,65	25,73	28,06	97,77
																% VET	14%	35%	54%
04/10/2021				05/10/2021				06/10/2021				07/10/2021				08/10/2021			
ARROZ TRES DELICIAS				ENSALADILLA				CALDO GALEGO				ENREXADO DE POLO E CEBOLA				CREMA DE CABAZA			
ATÚN GUIADO CON FIDEOS				POLO Ó ALLO				FILETE RUSO EN SALSA CASTELÁ				PAELLA DE PAVO CON VERDURAS				PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL			
				BRÉCOL E CENORIA				PURÉ DE PATACA								ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPÁRRAGOS			
MAZA				PERA				IOGUR				LARANXA				PLATANO			
Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC
964,11	34,08	25,96	143,98	684,09	37,24	29,95	86,8	886,38	33,79	31,94	112,58	900	31	33,5	157,11	707,08	26,02	28,5	93,54
% VET	14%	24%	60%	% VET	22%	39%	51%	% VET	15%	32%	51%	% VET	14%	34%	70%	% VET	15%	36%	53%
11/10/2021				12/10/2021				13/10/2021				14/10/2021				15/10/2021			
								CREMA DE CABAZA				SOPA MARAVILLA CON CABAZA, CENORIA				FABAS CON CHOURIZO			
NON LECTIVO				FESTIVO				MACARRÓNS CON BOLOÑESA VEXETAL				POLO ASADO				PESCADA Ó FORNO			
								PERA				IOGUR				LARANXA			
								Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC
								845,72	32,39	30,01	119,26	689,59	24,68	22,98	88,76	694,16	21,75	26,81	97,67
								% VET	15%	32%	56%	% VET	14%	30%	51%	% VET	13%	35%	56%
18/10/2021				19/10/2021				20/10/2021				21/10/2021				22/10/2021			
SOPA DE ESTRELIÑAS				LENTELLAS Á CASEIRA				CREMA DE BRÓCOLI E CENORIA				XUDIÁS SALTEADAS CON ALLADA				ENSALADA MIXTA			
TORTILLA DE CABACIÑA				LOMBOS DE XURELO Á GALEGA				ALBÓNDEGAS EN SALSA				LURAS ENCEBOLADAS CON ARROZ				POLO EN SALSA ÁS FINAS HERBAS			
ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE				PATACAS Ó VAPOR				XARDIÑEIRA								MACARRÓNS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL			
IOGUR				MAZA				MANDARINA				PERA				PLATANO			
Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC
618,44	19,97	21,26	82,49	810,82	32,08	28,34	101,39	650,51	21,5	23,79	82,23	644,49	25,08	22,57	93,19	534,74	20,43	19,86	62,69
% VET	13%	31%	53%	% VET	16%	31%	50%	% VET	13%	33%	51%	% VET	16%	32%	58%	% VET	15%	33%	47%
25/10/2021				26/10/2021				27/10/2021				28/10/2021				29/10/2021			
SOPA DE VERDURAS				FABADA				TALLARÍNS Á NAPOLITANA				ENSALADILLA				GARAVANZOS ESTUFADOS			
BACALLAO EMPANADO				LOMBO ADUBADO				POLO Ó CHILINDRÓN				TORTILLA DE PATACA				XURELO Ó FORNO			
ARROZ				PATACA COCIDA				MINESTRA				ENSALADA DE LEITUGA E MILLO				CODIÑOS			
MAZA				KIWI				PERA				IOGUR				LARANXA			
Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC
659,85	20,26	25,44	85,08	776,94	36,14	28,63	102,11	781,48	35,61	24,05	103,09	695,85	23,93	26,1	79,83	762,52	33,43	28,25	95,38
% VET	12%	35%	52%	% VET	19%	33%	53%	% VET	18%	28%	53%	% VET	14%	34%	46%	% VET	18%	33%	50%

LUNS 27/09/2021	MARTES 28/09/2021	MÉRCORES 29/09/2021	XOVES 30/09/2021	VENRES 01/10/2021
				XUDIAS CON ALLADA ALBÓNDEGAS ARROZ BRANCO FROITA
04/10/2021	05/10/2021	06/10/2021	07/10/2021	08/10/2021
ARROZ TRES DELICIAS ATÚN GUISADO MACARRONS FROITA	ENSALADILLA POLO O ALLO BROCOLI CON CENORIA FROITA	CALDO GALEGO XAMÓN ASADO EN SALSA PURÉ DE PATACA IOGUR	SOPA DE PASTA PAELLA DE PAVO CON VERDURAS FROITA	CREMA DE CABAZA FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA CON ALLO E PEREXIL ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS FROITA
11/10/2021	12/10/2021	13/10/2021	14/10/2021	15/10/2021
NON LECTIVO	FESTIVO	CREMA DE CABAZA XURELO O FORNO MACARRONS FROITA	SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA POLO ASADO BROCOLI CON PATACA IOGUR	FABAS CON CHOURIZO PESCADA O FORNO PATACA O VAPOR FROITA
18/10/2021	19/10/2021	20/10/2021	21/10/2021	22/10/2021
SOPA DE LETRAS TORTILLA DE CABACIÑA LEITUGA E TOMATE IOGUR	BROCOLI A CASEIRA XURELO A GALEGA PATACA O VAPOR FROITA	CREMA DE CENORIA E BROCOLI ALBÓNDEGAS XARDIÑEIRA FROITA	XUDIAS CON ALLADA GUISO DE CALAMARES CON ARROZ FROITA	ENSALADA MIXTA POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL FROITA
25/10/2021	26/10/2021	27/10/2021	28/10/2021	29/10/2021
SOPA DE VERDURAS FOGONEIRO O FORNO ARROZ BRANCO FROITA	FABADA LOMBO ASADO PATACA COCIDA FROITA	ESPAGUETIS NAPOLITANA POLO O CHILINDRON VERDURAS FROITA	ENSALADILLA TORTILLA DE PATACA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO IOGUR	GARAVANZOS ESTUFADOS XURELO O FORNO MACARRONS FROITA

LUNS 27/09/2021	MARTES 28/09/2021	MÉRCORES 29/09/2021	XOVES 30/09/2021	VENRES 01/10/2021
				XUDIAS CON ALLADA ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE ARROZ PILAF IOGUR
04/10/2021	05/10/2021	06/10/2021	07/10/2021	08/10/2021
XUDIAS REFOGADAS ATÚN GUISADO CON FIDEOS IOGUR	CREMA DE CABACIÑA XURELO O FORNO BROCOLI CON CENORIA IOGUR	CALDO VEXETAL FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA PURÉ DE PATACA IOGUR	PISTO TORTILLA FRANCESA ARROZ BRANCO IOGUR	CREMA DE CABAZA PESCADA O FORNO PATACA O VAPOR IOGUR
11/10/2021	12/10/2021	13/10/2021	14/10/2021	15/10/2021
NON LECTIVO	FESTIVO	CREMA DE CABAZA MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL IOGUR	SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA XURELO O FORNO BROCOLI CON PATACA IOGUR	FABAS VEXETAIS PESCADA O FORNO PATACAS O VAPOR IOGUR
18/10/2021	19/10/2021	20/10/2021	21/10/2021	22/10/2021
SOPA DE ESTRELIÑAS TORTILLA DE CABACIÑA 0-Jan-00 IOGUR	LENTELLAS VEXETAIS XURELO A GALEGA PATACAS O VAPOR IOGUR	CREMA DE BROCOLI E CENORIA ALBONDEGAS EN SALSA XARDIÑEIRA IOGUR	XUDIAS CON ALLADA PESCADA O FORNO ARROZ BRANCO IOGUR	CREMA DE PATACA MACARRONS CON TOMATE E ATÚN IOGUR
25/10/2021	26/10/2021	27/10/2021	28/10/2021	29/10/2021
SOPA DE VERDURAS BACALLAO EMPANADO ARROZ BRANCO IOGUR	FABAS VEXETAIS SALMON O FORNO PATACA COCIDA IOGUR	TALLARINS A NAPOLITANA PESCADA O FORNO VERDURAS IOGUR	CREMA DE CABACIÑA TORTILLA DE PATACA 0-Jan-00 IOGUR	GARAVANZOS ESTUFADOS XURELO O FORNO CODIÑOS SALTEADOS IOGUR

LUNS 27/09/2021	MARTES 28/09/2021	MÉRCORES 29/09/2021	XOVES 30/09/2021	VENRES 01/10/2021
				XUDIAS CON ALLADA XAMON ASADO ARROZ BRANCO FROITA
04/10/2021	05/10/2021	06/10/2021	07/10/2021	08/10/2021
ARROZ TRES DELICIAS SALMON O FORNO FIDEOS FROITA	CREMA DE CABACIÑA POLO ASADO BROCOLI CON CENORIA FROITA	CALDO VEXETAL XAMON ASADO PURÉ DE PATACA IOGUR DESNATADO	SOPA DE FIDEOS PEITUGA DE PAVO ASADA ARROZ BRANCO FROITA	CREMA DE CABAZA PESCADA O FORNO ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS FROITA
11/10/2021	12/10/2021	13/10/2021	14/10/2021	15/10/2021
NON LECTIVO	FESTIVO	CREMA DE CABAZA XURELO O FORNO MACARRONS SALTEADOS FROITA	SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA POLO ASADO BRÓCOLI IOGUR DESNATADO	FABAS VEXETAIS PESCADA O FORNO PATACAS O VAPOR FROITA
18/10/2021	19/10/2021	20/10/2021	21/10/2021	22/10/2021
SOPA DE ESTRELIÑAS TORTILLA FRANCESA LEITUGA E TOMATE IOGUR DESNATADO	LENTELLAS VEXETAIS XURELO A GALEGA PATACAS O VAPOR FROITA	CREMA DE BROCOLI E CENORIA XAMON ASADO XARDIÑEIRA FROITA	XUDIAS CON ALLADA PESCADA O FORNO PATACA COCIDA FROITA	ENSALADA MIXTA POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL FROITA
25/10/2021	26/10/2021	27/10/2021	28/10/2021	29/10/2021
SOPA DE VERDURAS FOGONEIRO O FORNO ARROZ BRANCO FROITA	FABAS VEXETAIS LOMBO ASADO PATACA COCIDA FROITA	TALLARINS SALTEADOS XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS VERDURAS FROITA	CREMA DE CABACIÑA TORTILLA FRANCESA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO IOGUR DESNATADO	GARAVANZOS ESTUFADOS XURELO O FORNO CODIÑOS SALTEADOS FROITA

LUNS 27/09/2021	MARTES 28/09/2021	MÉRCORES 29/09/2021	XOVES 30/09/2021	VENRES 01/10/2021
				XUDIAS CON ALLADA ALBÓNDEGAS ARROZ INTEGRAL FROITA
04/10/2021	05/10/2021	06/10/2021	07/10/2021	08/10/2021
XUDIAS REFOGADAS	CREMA DE CABACIÑA	CALDO GALEGO	PISTO	CREMA DE CABAZA
ATÚN GUISADO	POLO O ALLO	FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA	PEITUGA DE PAVO ASADA	PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL
MACARRONS	BROCOLI	PURÉ DE PATACA	ARROZ INTEGRAL	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA
11/10/2021	12/10/2021	13/10/2021	14/10/2021	15/10/2021
NON LECTIVO	FESTIVO	CREMA DE CABAZA	SOPA DE VERDURAS	FABAS CON CHOURIZO
		BOLOÑESA VEXETAL	POLO ASADO	PESCADA O FORNO
		MACARRONS	BRÓCOLI	PATACAS O VAPOR
		FROITA	IOGUR	FROITA
18/10/2021	19/10/2021	20/10/2021	21/10/2021	22/10/2021
SOPA DE VERDURAS	LENTELLAS A CASEIRA	CREMA DE CABACIÑA	XUDIAS CON ALLADA	ENSALADA MIXTA
TORTILLA DE CABACIÑA	XURELO A GALEGA	ALBÓNDEGAS	PESCADA O FORNO	POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS
LEITUGA E TOMATE	PATACAS O VAPOR	PISTO DE VERDURAS	ARROZ INTEGRAL	MACARRONS INTEGRAIS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
25/10/2021	26/10/2021	27/10/2021	28/10/2021	29/10/2021
SOPA DE VERDURAS	FABAS VEXETAIS	MACARRONS INTEGRAIS A NAPOLITANA	CREMA DE CABACIÑA	GARAVANZOS ESTUFADOS
BACALLAO EMPANADO	LOMBO O FORNO	POLO O CHILINDRON	TORTILLA DE PATACA	XURELO O FORNO
ARROZ INTEGRAL	PATACAS	BROCOLI	ENSALADA DE LEITUGA E MILLO	MACARRONS
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA

LUNS 27/09/2021	MARTES 28/09/2021	MÉRCORES 29/09/2021	XOVES 30/09/2021	VENRES 01/10/2021
				XUDIAS CON ALLADA XAMON ASADO ARROZ BRANCO FROITA
04/10/2021	05/10/2021	06/10/2021	07/10/2021	08/10/2021
ARROZ TRES DELICIAS ATÚN GUISADO FIDEOS FROITA	ENSALADILLA POLO O ALLO BROCOLI CON CENORIA FROITA	CALDO GALEGO XAMÓN ASADO EN SALSA PURÉ DE PATACA IOGUR DE SOIA	SOPA DE FIDEOS PAELLA DE PAVO CON VERDURAS FROITA	CREMA DE CABAZA FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA CON ALLO E PEREXIL ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS FROITA
11/10/2021	12/10/2021	13/10/2021	14/10/2021	15/10/2021
NON LECTIVO	FESTIVO	CREMA DE CABAZA BOLOÑESA VEXETAL MACARRONS SALTEADOS FROITA	SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA POLO ASADO BROCOLI CON PATACA IOGUR DE SOIA	FABAS CON CHOURIZO PESCADA O FORNO PATACA O VAPOR FROITA
18/10/2021	19/10/2021	20/10/2021	21/10/2021	22/10/2021
SOPA DE ESTRELIÑAS TORTILLA DE CABACIÑA LEITUGA E TOMATE IOGUR DE SOIA	LENTELLAS A CASEIRA XURELO A GALEGA PATACA O VAPOR FROITA	CREMA DE CENORIA E BROCOLI XAMÓN ASADO EN SALSA XARDIÑEIRA FROITA	XUDIAS CON ALLADA GUISO DE CALAMARES CON ARROZ FROITA	ENSALADA MIXTA POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL FROITA
25/10/2021	26/10/2021	27/10/2021	28/10/2021	29/10/2021
SOPA DE VERDURAS FOGONEIRO O FORNO ARROZ BRANCO FROITA	FABADA LOMBO ASADO PATACA COCIDA FROITA	TALLARINA A NAPOLITANA POLO O CHILINDRON VERDURAS FROITA	ENSALADILLA TORTILLA DE PATACA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO IOGUR DE SOIA	GARAVANZOS ESTUFADOS XURELO O FORNO CODIÑOS SALTEADOS FROITA

LUNS 27/09/2021	MARTES 28/09/2021	MÉRCORES 29/09/2021	XOVES 30/09/2021	VENRES 01/10/2021
				XUDIAS CON ALLADA ROLIÑO PRIMAVERA ARROZ BRANCO FROITA
04/10/2021	05/10/2021	06/10/2021	07/10/2021	08/10/2021
ARROZ TRES DELICIAS ATÚN GUISADO CON FIDEOS FROITA	ENSALADILLA XURELO O FORNO BROCOLI CON CENORIA FROITA	CALDO VEXETAL ROLIÑO PRIMAVERA PURÉ DE PATACA IOGUR	PISTO TORTILLA FRANCESA ARROZ BRANCO FROITA	CREMA DE CABAZA PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS FROITA
11/10/2021	12/10/2021	13/10/2021	14/10/2021	15/10/2021
NON LECTIVO	FESTIVO	CREMA DE CABAZA MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL FROITA	SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA XURELO O FORNO BROCOLI CON PATACA IOGUR	FABAS VEXETAIS PESCADA O FORNO PATACAS O VAPOR FROITA
18/10/2021	19/10/2021	20/10/2021	21/10/2021	22/10/2021
SOPA DE ESTRELIÑAS TORTILLA DE CABACIÑA LEITUGA E TOMATE IOGUR	LENTELLAS VEXETAIS XURELO A GALEGA PATACAS O VAPOR FROITA	CREMA DE BROCOLI E CENORIA ROLIÑO PRIMAVERA XARDIÑEIRA FROITA	XUDIAS CON ALLADA LURAS ENCEBOLADAS CON ARROZ FROITA	ENSALADA MIXTA MACARRONS CON TOMATE E ATÚN FROITA
25/10/2021	26/10/2021	27/10/2021	28/10/2021	29/10/2021
SOPA DE VERDURAS BACALLAO EMPANADO ARROZ BRANCO FROITA	FABAS VEXETAIS SALMON O FORNO PATACA COCIDA FROITA	TALLARINS A NAPOLITANA PESCADA O FORNO VERDURAS FROITA	ENSALADILLA TORTILLA DE PATACA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO IOGUR	GARAVANZOS ESTUFADOS XURELO O FORNO CODIÑOS SALTEADOS FROITA

LUNS 27/09/2021	MARTES 28/09/2021	MÉRCORES 29/09/2021	XOVES 30/09/2021	VENRES 01/10/2021
				XUDIAS CON ALLADA PEITUGA DE PAVO ASADA ARROZ BRANCO FROITA
04/10/2021	05/10/2021	06/10/2021	07/10/2021	08/10/2021
ARROZ TRES DELICIAS ATÚN GUISADO CON FIDEOS FROITA	ENSALADILLA POLO O ALLO BROCOLI E CENORIA FROITA	CALDO VEXETAL TORTILLA FRANCESA PURÉ DE PATACA IOGUR	ENRELLADO DE POLO CON CEBOLA CAMELIZADA PAELLA DE PAVO CON VERDURAS FROITA	CREMA DE CABAZA PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS FROITA
11/10/2021	12/10/2021	13/10/2021	14/10/2021	15/10/2021
NON LECTIVO	FESTIVO	CREMA DE CABAZA MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL FROITA	SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA POLO ASADO BRÓCOLI IOGUR	FABAS VEXETAIS PESCADA O FORNO PATACAS O VAPOR FROITA
18/10/2021	19/10/2021	20/10/2021	21/10/2021	22/10/2021
SOPA DE ESTRELIÑAS TORTILLA DE CABACIÑA LEITUGA E TOMATE IOGUR	LENTELLAS VEXETAIS XURELO A GALEGA PATACAS O VAPOR FROITA	CREMA DE BROCOLI E CENORIA TENREIRA ASADA XARDIÑEIRA FROITA	XUDIAS CON ALLADA LURAS ENCEBOLADAS CON ARROZ FROITA	ENSALADA MIXTA POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL FROITA
25/10/2021	26/10/2021	27/10/2021	28/10/2021	29/10/2021
SOPA DE VERDURAS BACALLAO EMPANADO ARROZ BRANCO FROITA	FABAS VEXETAIS TORTILLA FRANCESA PATACA COCIDA FROITA	TALLARINS A NAPOLITANA POLO O CHILINDRON MINESTRA FROITA	ENSALADILLA TORTILLA DE PATACA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO IOGUR	GARAVANZOS ESTUFADOS XURELO O FORNO CODIÑOS SALTEADOS FROITA

LUNS 27/09/2021	MARTES 28/09/2021	MÉRCORES 29/09/2021	XOVES 30/09/2021	VENRES 01/10/2021
				SOPA DE FIDEOS XAMON ASADO ARROZ BRANCO IOGUR
04/10/2021	05/10/2021	06/10/2021	07/10/2021	08/10/2021
SOPA DE PIÑONS SALMON O FORNO PATACA COCIDA IOGUR	CREMA DE PATACA POLO ASADO ARROZ BRANCO IOGUR	MACARRONS SALTEADOS XAMON ASADO PURÉ DE PATACA IOGUR	SOPA DE FIDEOS PEITUGA DE PAVO ASADA ARROZ BRANCO IOGUR	CREMA DE PATACA PESCADA O FORNO CODIÑOS SALTEADOS IOGUR
11/10/2021	12/10/2021	13/10/2021	14/10/2021	15/10/2021
NON LECTIVO	FESTIVO	CREMA DE PATACA XURELO O FORNO MACARRONS SALTEADOS IOGUR	SOPA DO DIA POLO ASADO ARROZ BRANCO IOGUR	MACARRONS SALTEADOS PESCADA O FORNO PATACA O VAPOR IOGUR
18/10/2021	19/10/2021	20/10/2021	21/10/2021	22/10/2021
SOPA DE ESTRELIÑAS TORTILLA FRANCESA ARROZ BRANCO IOGUR	SOPA DE ARROZ XURELO O FORNO PATACA O VAPOR IOGUR	ESPAGUETIS SALTEADOS XAMON ASADO PATACA ASADA IOGUR	SOPA DE FIDEOS PESCADA O FORNO ARROZ BRANCO IOGUR	CREMA DE PATACA POLO ASADO MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL IOGUR
25/10/2021	26/10/2021	27/10/2021	28/10/2021	29/10/2021
SOPA DO DIA FOGONEIRO O FORNO PATACA COCIDA IOGUR	CREMA DE PATACA LOMBO ASADO PATACA COCIDA IOGUR	TALLARINS SALTEADOS XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS PURÉ DE PATACA IOGUR	CREMA DE PATACA TORTILLA DE PATACA IOGUR	CODIÑOS SALTEADOS XURELO O FORNO PATACA O VAPOR IOGUR

LUNS 27/09/2021	MARTES 28/09/2021	MÉRCORES 29/09/2021	XOVES 30/09/2021	VENRES 01/10/2021
				XUDIAS CON ALLADA ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE ARROZ PILAF FROITA
04/10/2021	05/10/2021	06/10/2021	07/10/2021	08/10/2021
ARROZ TRES DELICIAS ATÚN GUISADO CON FIDEOS FROITA	ENSALADILLA POLO O ALLO BROCOLI E CENORIA FROITA	CALDO GALEGO FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA PURÉ DE PATACA IOGUR	SOPA DE FIDEOS PAELLA DE PAVO CON VERDURAS FROITA	CREMA DE CABAZA PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS FROITA
11/10/2021	12/10/2021	13/10/2021	14/10/2021	15/10/2021
NON LECTIVO	FESTIVO	CREMA DE CABAZA XURELO O FORNO MACARRONS SALTEADOS FROITA	SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA POLO ASADO BRÓCOLI IOGUR	FABAS CON CHOURIZO PESCADA O FORNO PATACAS O VAPOR FROITA
18/10/2021	19/10/2021	20/10/2021	21/10/2021	22/10/2021
SOPA DE ESTRELIÑAS TORTILLA DE CABACIÑA LEITUGA E TOMATE IOGUR	LENTELLAS A CASEIRA XURELO A GALEGA PATACAS O VAPOR FROITA	CREMA DE BROCOLI E CENORIA ALBONDEGAS EN SALSA XARDIÑEIRA FROITA	XUDIAS CON ALLADA LURAS ENCEBOLADAS CON ARROZ FROITA	ENSALADA MIXTA POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL FROITA
25/10/2021	26/10/2021	27/10/2021	28/10/2021	29/10/2021
SOPA DE VERDURAS BACALLAO EMPANADO ARROZ BRANCO FROITA	FABADA LOMBO O FORNO PATACAS FROITA	TALLARINS A NAPOLITANA POLO O CHILINDRON MINESTRA FROITA	ENSALADILLA TORTILLA DE PATACA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO IOGUR	GARAVANZOS ESTUFADOS XURELO O FORNO CODIÑOS SALTEADOS FROITA

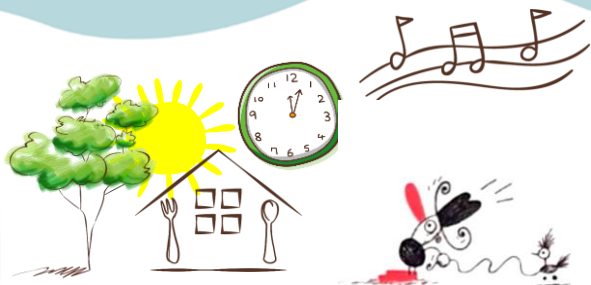
LUNS 27/09/2021	MARTES 28/09/2021	MÉRCORES 29/09/2021	XOVES 30/09/2021	VENRES 01/10/2021
				XUDIAS CON ALLADA ALBÓNDEGAS ARROZ BRANCO FROITA
04/10/2021	05/10/2021	06/10/2021	07/10/2021	08/10/2021
ARROZ TRES DELICIAS	CREMA DE CABACIÑA	CALDO GALEGO	SOPA DE PASTA	CREMA DE CABAZA
ATÚN GUISADO	POLO O ALLO	XAMÓN ASADO EN SALSA	PAELLA DE PAVO CON VERDURAS	FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA CON ALLO E PEREXIL
MACARRONS	BROCOLI CON CENORIA	PURÉ DE PATACA		ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA
11/10/2021	12/10/2021	13/10/2021	14/10/2021	15/10/2021
NON LECTIVO	FESTIVO	CREMA DE CABAZA	SOPA FIDEOS CON CABAZA E CENORIA	FABAS CON CHOURIZO
		BOLOÑESA VEXETAL	POLO ASADO	PESCADA O FORNO
		MACARRONS	BROCOLI CON PATACA	PATACA O VAPOR
		FROITA	IOGUR	FROITA
18/10/2021	19/10/2021	20/10/2021	21/10/2021	22/10/2021
SOPA DE PASTA	LENTELLAS A CASEIRA	CREMA DE CENORIA E BROCOLI	XUDIAS CON ALLADA	ENSALADA MIXTA
PEITUGA DE PAVO ASADA	XURELO A GALEGA	ALBÓNDEGAS	GUIZO DE CALAMARES CON ARROZ	POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS
LEITUGA E TOMATE	PATACA O VAPOR	XARDIÑEIRA		MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
25/10/2021	26/10/2021	27/10/2021	28/10/2021	29/10/2021
SOPA DE VERDURAS	FABADA	PASTA A NAPOLITANA	CREMA DE CABACIÑA	GARAVANZOS ESTUFADOS
FOGONEIRO O FORNO	LOMBO ASADO	POLO O CHILDRON	TENREIRA ASADA	XURELO O FORNO
ARROZ BRANCO	PATACA COCIDA	VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA E MILLO	MACARRONS
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA

LUNS 27/09/2021	MARTES 28/09/2021	MÉRCORES 29/09/2021	XOVES 30/09/2021	VENRES 01/10/2021
				CREMA DE PATACA XAMON ASADO ARROZ BRANCO FROITA
04/10/2021	05/10/2021	06/10/2021	07/10/2021	08/10/2021
ARROZ TRES DELICIAS SALMON O FORNO FIDEOS FROITA	CREMA DE CABACIÑA POLO O ALLO BROCOLI E CENORIA FROITA	CALDO VEXETAL XAMON ASADO PURÉ DE PATACA IOGUR	SOPA DE FIDEOS PEITUGA DE PAVO ASADA ARROZ BRANCO FROITA	CREMA DE CABAZA PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS FROITA
11/10/2021	12/10/2021	13/10/2021	14/10/2021	15/10/2021
NON LECTIVO	FESTIVO	CREMA DE CABAZA XURELO O FORNO MACARRONS SALTEADOS FROITA	SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA POLO ASADO BRÓCOLI IOGUR	MACARRONS SALTEADOS PESCADA O FORNO PATACA O VAPOR FROITA
18/10/2021	19/10/2021	20/10/2021	21/10/2021	22/10/2021
SOPA DE ESTRELIÑAS TORTILLA DE CABACIÑA LEITUGA E TOMATE IOGUR	PISTO XURELO A GALEGA PATACAS O VAPOR FROITA	CREMA DE BROCOLI E CENORIA XAMÓN ASADO EN SALSAS PISTO DE VERDURAS FROITA	SOPA DO DIA GUIZO DE CALAMARES CON ARROZ FROITA	ENSALADA MIXTA POLO EN SALSAS AS FINAS HERBAS MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL FROITA
25/10/2021	26/10/2021	27/10/2021	28/10/2021	29/10/2021
SOPA DE VERDURAS FOGONEIRO O FORNO ARROZ BRANCO FROITA	CREMA DE CENORIA LOMBO ASADO PATACA COCIDA FROITA	TALLARINS SALTEADOS XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS BROCOLI FROITA	CREMA DE CABACIÑA TORTILLA DE PATACA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO IOGUR	SOPA DE PIÑONS XURELO O FORNO CODIÑOS SALTEADOS FROITA

LUNS 27/09/2021	MARTES 28/09/2021	MÉRCORES 29/09/2021	XOVES 30/09/2021	VENRES 01/10/2021
				XUDIAS CON ALLADA ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE ARROZ PILAF FROITA
04/10/2021	05/10/2021	06/10/2021	07/10/2021	08/10/2021
ARROZ TRES DELICIAS TORTILLA FRANCESA FIDEOS FROITA	ENSALADILLA POLO O ALLO BROCOLI E CENORIA FROITA	CALDO GALEGO FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA PURÉ DE PATACA IOGUR	ENRELLADO DE POLO CON CEBOLA CAMELIZADA PAELLA DE PAVO CON VERDURAS FROITA	CREMA DE CABAZA XAMON ASADO ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS FROITA
11/10/2021	12/10/2021	13/10/2021	14/10/2021	15/10/2021
NON LECTIVO	FESTIVO	CREMA DE CABAZA MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL FROITA	SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA POLO ASADO BRÓCOLI IOGUR	FABAS CON CHOURIZO TORTILLA FRANCESA PATACA O VAPOR FROITA
18/10/2021	19/10/2021	20/10/2021	21/10/2021	22/10/2021
SOPA DE ESTRELIÑAS TORTILLA DE CABACIÑA LEITUGA E TOMATE IOGUR	LENTELLAS A CASEIRA PEITUGA DE PAVO ASADA PATACA O VAPOR FROITA	CREMA DE BROCOLI E CENORIA ALBONDEGAS EN SALSA XARDIÑEIRA FROITA	XUDIAS CON ALLADA TENREIRA ASADA ARROZ BRANCO FROITA	ENSALADA MIXTA POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL FROITA
25/10/2021	26/10/2021	27/10/2021	28/10/2021	29/10/2021
SOPA DE VERDURAS TENREIRA ASADA ARROZ BRANCO FROITA	FABADA LOMBO O FORNO PATACAS FROITA	TALLARINS A NAPOLITANA POLO O CHILINDRON MINESTRA FROITA	ENSALADILLA TORTILLA DE PATACA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO IOGUR	GARAVANZOS ESTUFADOS COSTELETA DE PORCO EN SALSA CODIÑOS SALTEADOS FROITA

LUNS 27/09/2021	MARTES 28/09/2021	MÉRCORES 29/09/2021	XOVES 30/09/2021	VENRES 01/10/2021
				XUDIAS CON ALLADA XAMON ASADO ARROZ BRANCO FROITA
04/10/2021	05/10/2021	06/10/2021	07/10/2021	08/10/2021
ARROZ TRES DELICIAS ATÚN GUISADO FIDEOS FROITA	CREMA DE CABACIÑA POLO O ALLO BROCOLI CON CENORIA FROITA	CALDO VEXETAL XAMÓN ASADO EN SALSA PURÉ DE PATACA IOGUR DE SOIA	SOPA DE FIDEOS PAELLA DE PAVO CON VERDURAS FROITA	CREMA DE CABAZA PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS FROITA
11/10/2021	12/10/2021	13/10/2021	14/10/2021	15/10/2021
NON LECTIVO	FESTIVO	CREMA DE CABAZA BOLOÑESA VEXETAL MACARRONS SALTEADOS FROITA	SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA POLO ASADO BROCOLI CON PATACA IOGUR DE SOIA	FABAS VEXETAIS PESCADA O FORNO PATACA O VAPOR FROITA
18/10/2021	19/10/2021	20/10/2021	21/10/2021	22/10/2021
SOPA DE ESTRELIÑAS TORTILLA DE CABACIÑA LEITUGA E TOMATE IOGUR DE SOIA	LENTELLAS VEXETAIS XURELO A GALEGA PATACA O VAPOR FROITA	CREMA DE CENORIA E BROCOLI XAMÓN ASADO EN SALSA XARDIÑEIRA FROITA	XUDIAS CON ALLADA GUIZO DE CALAMARES CON ARROZ FROITA	ENSALADA MIXTA POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL FROITA
25/10/2021	26/10/2021	27/10/2021	28/10/2021	29/10/2021
SOPA DE VERDURAS FOGONEIRO O FORNO ARROZ BRANCO FROITA	FABAS VEXETAIS LOMBO ASADO PATACA COCIDA FROITA	TALLARINA A NAPOLITANA POLO O CHILINDRON VERDURAS FROITA	CREMA DE CABACIÑA TORTILLA DE PATACA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO IOGUR DE SOIA	GARAVANZOS ESTUFADOS XURELO O FORNO CODIÑOS SALTEADOS FROITA

LUNS 27/09/2021	MARTES 28/09/2021	MÉRCORES 29/09/2021	XOVES 30/09/2021	VENRES 01/10/2021
				XUDIAS CON ALLADA XAMÓN ASADO ARROZ BLANCO FROITA
04/10/2021	05/10/2021	06/10/2021	07/10/2021	08/10/2021
ARROZ TRES DELICIAS SALMON O FORNO FIDEO FROITA	CREMA DE CABACIÑA POLO ASADO BROCOLI CON CENORIA FROITA	CALDO VEXETAL XAMÓN ASADO PURÉ DE PATACA IOGUR	SOPA DE FIDEOS PAELLA DE PAVO CON VERDURAS FROITA	CREMA DE CABAZA FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA CON ALLO E PEREXIL ENSALADA FROITA
11/10/2021	12/10/2021	13/10/2021	14/10/2021	15/10/2021
NON LECTIVO	FESTIVO	CREMA DE CABAZA XURELO O FORNO MACARRONS SALTEADOS FROITA	SOPA MARAVILLA CON CABAZA E CENORIA POLO ASADO BROCOLI CON PATACA IOGUR	FABAS VEXETAIS PESCADA O FORNO PATACA COCIDA FROITA
18/10/2021	19/10/2021	20/10/2021	21/10/2021	22/10/2021
SOPA DE ESTRELIÑAS PEITUGA DE PAVO ASADA LEITUGA E TOMATE IOGUR	LENTELLAS VEXETAIS XURELO A GALEGA PATACA COCIDA FROITA	CREMA DE BROCOLI E CENORIA XAMÓN ASADO XARDIÑEIRA FROITA	XUDIAS CON ALLADA GUIZO DE CALAMARES CON ARROZ FROITA	ENSALADA MIXTA POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL FROITA
25/10/2021	26/10/2021	27/10/2021	28/10/2021	29/10/2021
SOPA VEXETAL PESCADA O FORNO ARROZ BLANCO FROITA	FABAS VEXETAIS LOMBO ASADO PATACA COCIDA FROITA	TALLARINS SALTEADOS XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS MINESTRA SALTEADA FROITA	CREMA DE CABACIÑA TENREIRA ASADA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO IOGUR	GARAVANZOS ESTUFADOS XURELO O FORNO CODIÑOS SALTEADOS FROITA



OUTUBRO 2021 ALMORZO INFANTIL

serunion educa

FERROL

Luns

Martes

Mércores

Xoves

Venres

04/10/2021

05/10/2021

06/10/2021

07/10/2021

08/10/2021

XOGO

XOGO

ACTIVIDADE

Contos que contan

Ioga



COIDÁMONOS

BOŞ HÁBITOS



CICLOS DO UNIVERSO. O NOÑO PLANETA.



11/10/2021

12/10/2021

13/10/2021

14/10/2021

15/10/2021

NON LECTIVO

FESTIVO

XOGO-ACTIVIDADES

Contos que contan

SAMAIN



18/10/2021

19/10/2021

20/10/2021

21/10/2021

22/10/2021

XOGO

XOGO

XOGO-ACTIVIDADES

Contos que contan

Ioga



COIDÁMONOS

BOŞ HÁBITOS

SAMAIN



25/10/2021

26/10/2021

27/10/2021

28/10/2021

29/10/2021

XOGO

XOGO

XOGO-ACTIVIDADES

Contos que contan

Ioga



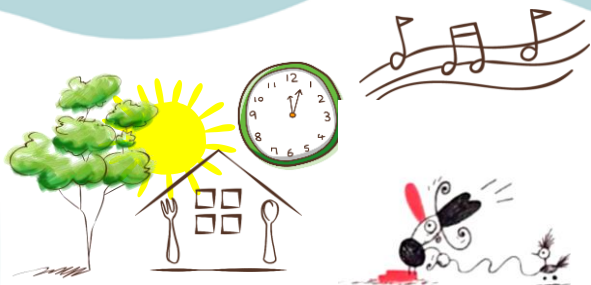
COIDÁMONOS

BOŞ HÁBITOS



SAMAIN





OUTUBRO 2021 ALMORZO PRIMARIA

serunion educa

FERROL

Luns

Martes

Mércores

Xoves

Venres

04/10/2021

05/10/2021

06/10/2021

07/10/2021

08/10/2021

XOGO

XOGO

ACTIVIDADE

Contos que contan

Ioga



COIDÁMONOS



CICLOS DO UNIVERSO. O NOŠO PLANETA.



11/10/2021

12/10/2021

13/10/2021

14/10/2021

15/10/2021

NON LECTIVO

FESTIVO

XOGO-ACTIVIDADES

Contos que contan

SAMAIN



18/10/2021

19/10/2021

20/10/2021

21/10/2021

22/10/2021

XOGO

XOGO

XOGO-ACTIVIDADES

Contos que contan

Ioga



COIDÁMONOS

BOŠ HÁBITOS

SAMAIN



25/10/2021

26/10/2021

27/10/2021

28/10/2021

29/10/2021

XOGO

XOGO

XOGO-ACTIVIDADES

Contos que contan

Ioga



COIDÁMONOS

BOŠ HÁBITOS






SAMAIN










COMEDOR INFANTIL

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
04/10/2021	05/10/2021	06/10/2021	07/10/2021	08/10/2021
XOGO COIDÁMONOS BOS HÁBITOS	XOGAMOS .Xogo libre vixiado polxs monitorxs.	XOGAMOS. Xogo libre vixiado polxs monitorxs.	XOGO  XOGAR POR XOGAR	XOGO BOS MODAIS NA MESA
11/10/2021	12/10/2021	13/10/2021	14/10/2021	15/10/2021
NON LECTIVO	FESTIVO	XOGO COIDÁMONOS BOS HÁBITOS	XOGO  XOGAR POR XOGAR	XOGO P. Mellorar o nivel de ruído
18/10/2021	19/10/2021	20/10/2021	21/10/2021	22/10/2021
XOGO COIDÁMONOS BOS HÁBITOS	XOGAMOS .Xogo libre vixiado polxs monitorxs.	XOGO  XOGAR POR XOGAR	XOGO-ACTIVIDADES ROMPENDO A RUTINA SAMAIN	XOGO BOS MODAIS NA MESA
25/10/2021	26/10/2021	27/10/2021	28/10/2021	29/10/2021
XOGO-ACTIVIDADES ROMPENDO A RUTINA SAMAIN	XOGAMOS .Xogo libre vixiado polxs monitorxs.	ROMPENDO A RUTINA	XOGO-ACTIVIDADES SAMAIN	XOGO P. Mellorar o nivel de ruído



COMEDOR PRIMARIA

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
04/10/2021	05/10/2021	06/10/2021	07/10/2021	08/10/2021
XOGO COIDÁMONOS BOS HÁBITOS	XOGAMOS .Xogo libre vixiado polxs monitorxs.	XOGAMOS. Xogo libre vixiado polxs monitorxs.	XOGO  XOGAR POR XOGAR	XOGO BOS MODAIS NA MESA
11/10/2021	12/10/2021	13/10/2021	14/10/2021	15/10/2021
NON LECTIVO	FESTIVO	XOGO COIDÁMONOS BOS HÁBITOS	XOGO  XOGAR POR XOGAR	XOGO P. Mellorar o nivel de ruído
18/10/2021	19/10/2021	20/10/2021	21/10/2021	22/10/2021
XOGO COIDÁMONOS BOS HÁBITOS	XOGAMOS .Xogo libre vixiado polxs monitorxs.	XOGO  XOGAR POR XOGAR	XOGO-ACTIVIDADES ROMPENDO A RUTINA SAMAIN	XOGO BOS MODAIS NA MESA
25/10/2021	26/10/2021	27/10/2021	28/10/2021	29/10/2021
XOGO-ACTIVIDADES ROMPENDO A RUTINA  SAMAIN	XOGAMOS .Xogo libre vixiado polxs monitorxs.	ROMPENDO A RUTINA	XOGO-ACTIVIDADES ROMPENDO A RUTINA  SAMAIN	XOGO P. Mellorar o nivel de ruído