

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
02/11/2020	03/11/2020	04/11/2020	05/11/2020	06/11/2020
CREMA DE FABAS	ARROZ TRES DELICIAS	CALDO VEXETAL	CREMA DE CENORIA	LENTELLAS VEXETAIS
COSTELETA DE PORCO	PESCADA A PRANCHA	LOMBO ASADO	PEITUGA DE PAVO	PESCADA A GALEGA
TOMATE NATURAL	JUDIAS SALTEADAS	PURE DE PATACA	MACARRONS SALTEADOS	PATACA O VAPOR
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
09/11/2020	10/11/2020	11/11/2020	12/11/2020	13/11/2020
JUDIAS SALTEADAS	FABAS CON CABAZA	SOPA VEXETAL	GARAVANZOS CON VERDURAS	CREMA DE BROCOLI E CENORIA
POLO ASADO	XURELO O FORNO	TENREIRA ESTUFADA CON ARROZ	FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA	ESTOFADO DE PAVO CON PATACAS
LEITUGA E TOMATE	CHÍCHAROS E PATACAS		ENSALADA	
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
16/11/2020	17/11/2020	18/11/2020	19/11/2020	20/11/2020
ESPIRAIS SALTEADOS	COLIFLOR A GALEGA	ENSALADA CON ANANÁS	MINESTRA SALTEADA	GARAVANZOS CON VERDURAS
SALMON EN SALSA	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	LOMBO ASADO	GUISO DE CARNE	PESCADA A MARIÑEIRA
VERDURAS	ENSALADA	MACARRONS SALTEADOS		PATACA O VAPOR
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
23/11/2020	24/11/2020	25/11/2020	26/11/2020	27/11/2020
MINESTRA SALTEADA	LENTELLAS VEXETAIS	CREMA DE CALABAZA	FABAS VEXETAIS	JUDIAS SALTEADAS
XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	FOGONEIRO O FORNO	TENREIRA ASADA	PESCADA O FORNO	XAMÓN ASADO
ARROZ BLANCO	ENSALADA	FIDEOS	ENSALADA	ARROZ BLANCO
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA
30/11/2020	01/12/2020	02/12/2020	03/12/2020	04/12/2020
MACARRONS SALTEADOS				
SALMON EN SALSA				
BROCOLI SALTEADO				
IOGUR				

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
02/11/2020	03/11/2020	04/11/2020	05/11/2020	06/11/2020
CREMA DE FABAS	ARROZ TRES DELICIAS	CALDO DE REPOLO, PORRO, CENORIA E ESPINACAS	CREMA DE CENORIA	LENTELLAS VEXETAIS
TORTILLA DE ESPINACAS	PESCADA EN SALSA	LOMBO EN SALSA	ESTUFADO DE PAVO	PESCADA A GALEGA
TOMATE NATURAL	XUDIAS REFOGADAS	PURÉ DE PATACA	MACARRONS SALTEADOS	PATACA O VAPOR
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA
09/11/2020	10/11/2020	11/11/2020	12/11/2020	13/11/2020
XUDIAS CON OVO	FABAS CON CABAZA	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON VERDURAS	CREMA DE CENORIA E BROCOLI
XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	XURELO EN SALSA VERDE	MACARRONS CON TOMATE E ATÚN	FILETE DE PESCADA A ROMANA	ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS
LEITUGA E TOMATE	CHÍCHAROS E PATACAS		ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS	
IOGUR DE SOIA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
16/11/2020	17/11/2020	18/11/2020	19/11/2020	20/11/2020
ESPIRAIS O FORNO	COLIFLOR A GALEGA	ENSALADA TROPICAL	SOPA VEXETAL	GARAVANZOS CON VERDURAS
SALMON EN SALSA	TORTILLA DE PATACA	LOMBO EN SALSA	GUISO DE CARNE	PESCADA A MARIÑEIRA
VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL		PATACA O VAPOR
FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA	FROITA	FROITA
23/11/2020	24/11/2020	25/11/2020	26/11/2020	27/11/2020
MINISTRA SALTEADA	LENTELLAS VEXETAIS	CREMA DE CABAZA	FABAS VEXETAIS	XUDIAS CON TOMATE
POLO O CHILINDRON	FOGONEIRO EN SALSA DE CABAZA	MACARRONS CON TOMATE E ATÚN	PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL	XAMON ASADO EN SALSA
ARROZ BRANCO	LEITUGA, ESPARRAGOS E CENORIA		ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	ARROZ BRANCO
FROITA	FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA	FROITA
30/11/2020	01/12/2020	02/12/2020	03/12/2020	04/12/2020
MACARRONS CON CHAMPIÑONS				
SALMON O FORNO				
BROCOLI REFOGADO				
IOGUR DE SOIA				

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
02/11/2020	03/11/2020	04/11/2020	05/11/2020	06/11/2020
CREMA DE FABAS	ARROZ TRES DELICIAS	CALDO DE REPOLO, PORRO, CENORIA E ESPINACAS	CREMA DE CENORIA	LENTELLAS CON VERDURAS
TORTILLA DE ESPINACAS	XAMÓN ASADO	FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA	TAQUIÑO DE PAVO GUISADO CON MACARRONS	TORTILLA FRANCESA
TOMATE NATURAL	XUDIAS REFOGADAS	PURÉ DE PATACA		PATACA O VAPOR
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
09/11/2020	10/11/2020	11/11/2020	12/11/2020	13/11/2020
XUDIAS CON OVO	FABAS CON CABAZA	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS	CREMA DE BROCOLI E CENORIA
XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO	LOMBO ASADO	TENREIRA ESTUFADA CON ARROZ	LOMBO EN SALSA	PAVO GUISADO CON PATACAS
LEITUGA E TOMATE	CHÍCHAROS E PATACAS		ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS	
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
16/11/2020	17/11/2020	18/11/2020	19/11/2020	20/11/2020
ESPIRAIS O FORNO	COLIFLOR A GALEGA	ENSALADA TROPICAL	SOPA VEXETAL	GARAVANZOS CON VERDURAS
XAMÓN ASADO	TORTILLA DE PATACA	LOMBO O FORNO	GUISO DE CARNE	TORTILLA FRANCESA
VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	MACARRONS SALTEADOS		PATACA O VAPOR
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
23/11/2020	24/11/2020	25/11/2020	26/11/2020	27/11/2020
MINISTRA SALTEADA	LENTELLAS A CASEIRA	CREMA DE CABAZA	FABAS CON VERDURAS	CREMA DE PORROS
POLO O CHILINDRON	LOMBO EN SALSA	TENREIRA GUISADA CON FIDEOS	PEITUGA DE PAVO ASADA	ALBONDEGAS
ARROZ BRANCO	LEITUGA, ESPARRAGOS E CENORIA		ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	ARROZ PILAF
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA
30/11/2020	01/12/2020	02/12/2020	03/12/2020	04/12/2020
MACARRONS CON CHAMPIÑONS				
TENREIRA ASADA				
BROCOLI REFOGADO				
IOGUR				

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
02/11/2020	03/11/2020	04/11/2020	05/11/2020	06/11/2020
CREMA DE CABACIÑA	PISTO	CALDO DE REPOLO, PORRO, CENORIA E ESPINACAS	CREMA DE CENORIA	SOPA DE AVE
TORTILLA DE ESPINACAS	PESCADA O FORNO	LOMBO EN SALSA	PEITUGA DE PAVO ASADA	PESCADA A GALEGA
TOMATE NATURAL	PATACA COCIDA	PURÉ DE PATACA	MACARRONS SALTEADOS	PATACAS O VAPOR
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
09/11/2020	10/11/2020	11/11/2020	12/11/2020	13/11/2020
CREMA DE CABACIÑA	BROCOLI REFOGADO	SOPA DE VERDURAS	CODIÑOS SALTEADOS	CREMA DE BROCOLI E CENORIA
XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	XURELO O FORNO	TENREIRA ESTUFADA CON ARROZ	FILETE DE PESCADA A ROMANA	PAVO GUISADO CON PATACAS
LEITUGA E TOMATE	PATACA COCIDA		ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS	
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
16/11/2020	17/11/2020	18/11/2020	19/11/2020	20/11/2020
ESPIRAIS SALTEADOS	COLIFLOR A GALEGA	ENSALADA CON ANANÁS	SOPA VEXETAL	CODIÑOS SALTEADOS
SALMON O FORNO	TORTILLA DE PATACA	LOMBO EN SALSA	GUIZO DE CARNE	PESCADA O FORNO
PURÉ DE PATACA	ENSALADA	MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL		PATACA O VAPOR
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
23/11/2020	24/11/2020	25/11/2020	26/11/2020	27/11/2020
PISTO	SOPA DE ARROZ	CREMA DE CABAZA	SOPA DE PASTA	CREMA DE CENORIA
XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	FOGONEIRO EN SALSA DE CABAZA	TENREIRA ASADA	PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL	XAMON ASADO EN SALSA
ARROZ BRANCO	LEITUGA, ESPARRAGOS E CENORIA	FIDEOS	ENSALADA	ARROZ BRANCO
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA
30/11/2020	01/12/2020	02/12/2020	03/12/2020	04/12/2020
MACARRONS SALTEADOS CON CHAMPIÑONS				
SALMON O FORNO				
PURÉ DE PATACA				
IOGUR				

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
02/11/2020	03/11/2020	04/11/2020	05/11/2020	06/11/2020
CREMA DE FABAS	ARROZ TRES DELICIAS	CALDO DE REPOLO, PORRO, CENORIA E ESPINACAS	CREMA DE CENORIA	LENTELLAS VEXETAIS
TORTILLA DE ESPINACAS	PESCADA EN SALSA	LOMBO EN SALSA	ESTUFADO DE PAVO	PESCADA A GALEGA
TOMATE NATURAL	XUDIAS REFOGADAS	PURÉ DE PATACA	MACARRONS SALTEADOS	PATACA O VAPOR
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA
09/11/2020	10/11/2020	11/11/2020	12/11/2020	13/11/2020
XUDIAS CON OVO	FABAS CON CABAZA	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON VERDURAS	CREMA DE CENORIA E BROCOLI
XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	XURELO EN SALSA VERDE	TENREIRA ESTUFADA CON ARROZ	FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA	ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS
LEITUGA E TOMATE	CHÍCHAROS E PATACAS		ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS	
IOGUR DE SOIA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
16/11/2020	17/11/2020	18/11/2020	19/11/2020	20/11/2020
ESPIRAIS O FORNO	COLIFLOR A GALEGA	ENSALADA TROPICAL	SOPA VEXETAL	GARAVANZOS CON VERDURAS
SALMON EN SALSA	TORTILLA DE PATACA	LOMBO EN SALSA	GUISO DE CARNE	PESCADA A MARIÑEIRA
VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL		PATACA O VAPOR
FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA	FROITA	FROITA
23/11/2020	24/11/2020	25/11/2020	26/11/2020	27/11/2020
MINISTRA SALTEADA	LENTELLAS A CASEIRA	CREMA DE CABAZA	FABAS VEXETAIS	XUDIAS CON TOMATE
POLO O CHILINDRON	FOGONEIRO EN SALSA DE CABAZA	TENREIRA GUISADA	FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA	XAMON ASADO EN SALSA
ARROZ BRANCO	LEITUGA, ESPARRAGOS E CENORIA	FIDEOS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	ARROZ BRANCO
FROITA	FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA	FROITA
30/11/2020	01/12/2020	02/12/2020	03/12/2020	04/12/2020
MACARRONS CON CHAMPIÑONS				
SALMON O FORNO				
BROCOLI REFOGADO				
IOGUR DE SOIA				

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
02/11/2020	03/11/2020	04/11/2020	05/11/2020	06/11/2020
CREMA DE FABAS	ARROZ TRES DELICIAS	CALDO DE REPOLO, PORRO, CENORIA E ESPINACAS	CREMA DE CENORIA	LENTELLAS VEXETAIS
COSTELETA DE PORCO EN SALSA	PESCADA EN SALSA	LOMBO EN SALSA	ESTUFADO DE PAVO	PESCADA A GALEGA
TOMATE NATURAL	XUDIAS REFOGADAS	PURÉ DE PATACA	MACARRONS	PATACA O VAPOR
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
09/11/2020	10/11/2020	11/11/2020	12/11/2020	13/11/2020
XUDIAS REFOGADAS	FABAS CON CABAZA	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON VERDURAS	CREMA DE CENORIA E BROCOLI
XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	XURELO EN SALSA VERDE	TENREIRA ESTUFADA CON ARROZ	FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA	ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS
LEITUGA E TOMATE	CHÍCHAROS E PATACAS		ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS	
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
16/11/2020	17/11/2020	18/11/2020	19/11/2020	20/11/2020
ESPIRAIS O FORNO	COLIFLOR A GALEGA	ENSALADA TROPICAL	SOPA VEXETAL	GARAVANZOS CON VERDURAS
SALMON EN SALSA	POLO EN PEPITORIA	LOMBO EN SALSA	GUISO DE CARNE	PESCADA A MARIÑEIRA
VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL		PATACA O VAPOR
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
23/11/2020	24/11/2020	25/11/2020	26/11/2020	27/11/2020
MINISTRA SALTEADA	LENTELLAS A CASEIRA	CREMA DE CABAZA	FABAS VEXETAIS	XUDIAS CON TOMATE
POLO O CHILINDRON	FOGONEIRO EN SALSA DE CABAZA	TENREIRA GUIADA	FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA	ALBÓNDEGAS
ARROZ BRANCO	LEITUGA, ESPARRAGOS E CENORIA	MACARRONS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	ARROZ BRANCO
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA
30/11/2020	01/12/2020	02/12/2020	03/12/2020	04/12/2020
MACARRONS CON CHAMPIÑONS				
SALMON O FORNO				
BROCOLI REFOGADO				
IOGUR				

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
02/11/2020	03/11/2020	04/11/2020	05/11/2020	06/11/2020
CREMA DE FABAS	ARROZ TRES DELICIAS	CALDO DE REPOLO, PORRO, CENORIA E ESPINACAS	CREMA DE CENORIA	LENTELLAS CON VERDURAS
TORTILLA DE ESPINACAS	PESCADA GUISADA	LOMBO EN SALSAS	TAQUIÑO DE PAVO GUISADO CON MACARRONS	PESCADA A GALEGA
TOMATE NATURAL	XUDIAS REFOGADAS	PURÉ DE PATACA		PATACAS O VAPOR
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
09/11/2020	10/11/2020	11/11/2020	12/11/2020	13/11/2020
XUDIAS CON OVO	FABAS CON CABAZA	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS	CREMA DE BROCOLI E CENORIA
XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO	XURELO EN SALSAS VERDES	TENREIRA ESTUFADA CON ARROZ	FILETE DE PESCADA A ROMANA	PAVO GUISADO CON PATACAS
LEITUGA E TOMATE	CHÍCHAROS CON PATACAS		ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS	
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
16/11/2020	17/11/2020	18/11/2020	19/11/2020	20/11/2020
ESPIRAIS O FORNO	COLIFLOR A GALEGA	ENSALADA TROPICAL	SOPA VEXETAL	GARAVANZOS CON VERDURAS
SALMON EN SALSAS	TORTILLA DE PATACA	LOMBO O FORNO	GUISO DE CARNE	PESCADA A MARIÑEIRA
VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	MACARRONS SALTEADOS		PATACAS O VAPOR
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
23/11/2020	24/11/2020	25/11/2020	26/11/2020	27/11/2020
MINISTRA SALTEADA	LENTELLAS A CASEIRA	CREMA DE CABAZA	FABAS CON VERDURAS	XUDIAS CON TOMATE
POLO O CHILINDRON	FOGONEIRO EN SALSAS DE CABAZA	TENREIRA GUISADA CON FIDEOS	PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL	ALBONDEGAS
ARROZ BRANCO	LEITUGA, ESPARRAGOS E CENORIA		ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	ARROZ PILAF
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA
30/11/2020	01/12/2020	02/12/2020	03/12/2020	04/12/2020
MACARRONS CON CHAMPIÑONS				
SALMON O FORNO				
BROCOLI SALTEADO				
IOGUR				

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
02/11/2020	03/11/2020	04/11/2020	05/11/2020	06/11/2020
CODIÑOS SALTEADOS	SOPA DE AVE	CREMA DE PATACA	MACARRONS SALTEADOS	SOPA DE AVE
TORTILLA DE PATACA	PESCADA O FORNO	LOMBO ASADO	PEITUGA DE PAVO ASADA	PESCADA O FORNO
	PATACA COCIDA	PURÉ DE PATACA	PATACA ASADA	ARROZ BRANCO
IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR
09/11/2020	10/11/2020	11/11/2020	12/11/2020	13/11/2020
SOPA DE ARROZ	MACARRONS SALTEADOS	SOPA DO DIA	CODIÑOS SALTEADOS	SOPA DE PASTA
XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	XURELO O FORNO	TENREIRA ASADA	PESCADA O FORNO	PEITUGA DE PAVO ASADA
PURÉ DE PATACA	PATACA COCIDA	ARROZ BRANCO	PURÉ DE PATACA	ARROZ BRANCO
IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR
16/11/2020	17/11/2020	18/11/2020	19/11/2020	20/11/2020
ESPIRAIS SALTEADOS	SOPA DE AVE	CREMA DE PATACA	SOPA DE PASTA	CODIÑOS SALTEADOS
SALMON O FORNO	TORTILLA DE PATACA	LOMBO ASADO	XAMÓN ASADO	PESCADA O FORNO
PATACA COCIDA		MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL	ARROZ BRANCO	PATACA O VAPOR
IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR
23/11/2020	24/11/2020	25/11/2020	26/11/2020	27/11/2020
SOPA DO DIA	SOPA DE ARROZ	CREMA DE PATACA	SOPA DE ARROZ	SOPA DE AVE
XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	FOGONEIRO O FORNO	TENREIRA ASADA	PESCADA O FORNO	XAMÓN ASADO
ARROZ BRANCO	PURÉ DE PATACA	FIDEOS	PURÉ DE PATACA	ARROZ BRANCO
IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR
30/11/2020	01/12/2020	02/12/2020	03/12/2020	04/12/2020
MACARRONS SALTEADOS				
SALMON O FORNO				
PURÉ DE PATACA				
IOGUR				



LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
02/11/2020	03/11/2020	04/11/2020	05/11/2020	06/11/2020
CREMA DE FABAS	ARROZ TRES DELICIAS	CALDO DE REPOLO, PORRO, CENORIA E ESPINACAS	CREMA DE CENORIA	LENTELLAS CON VERDURAS
TORTILLA DE ESPINACAS	PESCADA GUISADA	TORTILLA FRANCESA	TAQUIÑO DE PAVO GUISADO CON MACARRONS	PESCADA A GALEGA
TOMATE NATURAL	XUDIAS REFOGADAS	PURÉ DE PATACA		PATACAS O VAPOR
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
09/11/2020	10/11/2020	11/11/2020	12/11/2020	13/11/2020
XUDIAS CON OVO	FABAS CON CABAZA	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS	CREMA DE BROCOLI E CENORIA
XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO	XURELO EN SALSA VERDE	TENREIRA ESTUFADA CON ARROZ	FILETE DE PESCADA A ROMANA	PAVO GUISADO CON PATACAS
LEITUGA E TOMATE	CHÍCHAROS CON PATACAS		ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS	
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
16/11/2020	17/11/2020	18/11/2020	19/11/2020	20/11/2020
ESPIRAIS O FORNO	COLIFLOR A GALEGA	ENSALADA TROPICAL	SOPA VEXETAL	GARAVANZOS CON VERDURAS
SALMON EN SALSA	TORTILLA DE PATACA	RAPE O FORNO	TORTILLA FRANCESA	PESCADA A MARIÑEIRA
VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL	PATACA COCIDA	PATACAS O VAPOR
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
23/11/2020	24/11/2020	25/11/2020	26/11/2020	27/11/2020
MINESTRA SALTEADA	LENTELLAS VEXETAIS	CREMA DE CABAZA	FABAS CON VERDURAS	XUDIAS CON TOMATE
POLO O CHILINDRON	FOGONEIRO EN SALSA DE CABAZA	TENREIRA GUISADA CON FIDEOS	PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL	PEITUGA DE PAVO ASADA
ARROZ BRANCO	LEITUGA, ESPARRAGOS E CENORIA		ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	ARROZ BRANCO
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA
30/11/2020	01/12/2020	02/12/2020	03/12/2020	04/12/2020
MACARRONS CON CHAMPIÑONS				
SALMON O FORNO				
BROCOLI SALTEADO				
IOGUR				

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
02/11/2020	03/11/2020	04/11/2020	05/11/2020	06/11/2020
CREMA DE FABAS	ARROZ TRES DELICIAS	CALDO DE REPOLO, PORRO, CENORIA E ESPINACAS	CREMA DE CENORIA	LENTELLAS CON VERDURAS
TORTILLA DE ESPINACAS	PESCADA GUISADA	TORTILLA FRANCESA	SALMON O FORNO	PESCADA A GALEGA
TOMATE NATURAL	XUDIAS REFOGADAS	PURÉ DE PATACA	MACARRONS SALTEADOS	PATACAS O VAPOR
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
09/11/2020	10/11/2020	11/11/2020	12/11/2020	13/11/2020
XUDIAS CON OVO	FABAS CON CABAZA	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS	CREMA DE BROCOLI E CENORIA
CANELONS DE ATUN	XURELO EN SALSA VERDE	MACARRONS CON TOMATE E ATÚN	FILETE DE PESCADA A ROMANA	ROLIÑO PRIMAVERA
LEITUGA E TOMATE	CHÍCHAROS CON PATACAS		ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS	PATACA COCIDA
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
16/11/2020	17/11/2020	18/11/2020	19/11/2020	20/11/2020
ESPIRAIS O FORNO	COLIFLOR A GALEGA	ENSALADA TROPICAL	SOPA VEXETAL	GARAVANZOS CON VERDURAS
SALMON EN SALSA	TORTILLA DE PATACA	RAPE O FORNO	TORTILLA FRANCESA	PESCADA A MARIÑEIRA
VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL	PATACA COCIDA	PATACAS O VAPOR
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
23/11/2020	24/11/2020	25/11/2020	26/11/2020	27/11/2020
MINESTRA SALTEADA	LENTELLAS VEXETAIS	CREMA DE CABAZA	FABAS CON VERDURAS	XUDIAS CON TOMATE
ROLIÑO PRIMAVERA	FOGONEIRO EN SALSA DE CABAZA	MACARRONS CON TOMATE E ATÚN	PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL	RAPE O FORNO
ARROZ BRANCO	LEITUGA, ESPARRAGOS E CENORIA		ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	ARROZ BRANCO
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA
30/11/2020	01/12/2020	02/12/2020	03/12/2020	04/12/2020
MACARRONS CON CHAMPIÑONS				
SALMON O FORNO				
BROCOLI SALTEADO				
IOGUR				

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
02/11/2020	03/11/2020	04/11/2020	05/11/2020	06/11/2020
CREMA DE FABAS	BROCOLI REFOGADO	CALDO VEXETAL	CREMA DE ESPINACAS	LENTELLAS VEXETAIS
TORTILLA DE ESPINACAS	PESCADA GUISADA	FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA	ESTUFADO DE PAVO	PESCADA A GALEGA
TOMATE NATURAL	XUDIAS REFOGADAS	PURÉ DE PATACA	MACARRONS INTEGRAIS	PATACAS O VAPOR
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
09/11/2020	10/11/2020	11/11/2020	12/11/2020	13/11/2020
XUDIAS CON OVO	FABAS CON CABAZA	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS	CREMA DE CABACIÑA
XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO	XURELO EN SALSA VERDE	TENREIRA ASADA	FILETE DE PESCADA A ROMANA	PAVO GUISADO CON PATACAS
LEITUGA E TOMATE	CHÍCHAROS CON PATACAS	ARROZ INTEGRAL	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS	
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
16/11/2020	17/11/2020	18/11/2020	19/11/2020	20/11/2020
MACARRONS INTEGRAIS O FORNO	COLIFLOR A GALEGA	ENSALADA TROPICAL	SOPA VEXETAL	GARAVANZOS CON VERDURAS
SALMON O FORNO	TORTILLA DE PATACA	LOMBO EN SALSA	GUISO DE CARNE	PESCADA A MARIÑEIRA
PURÉ DE PATACA	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	MACARRONS INTEGRAIS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL		PATACAS O VAPOR
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
23/11/2020	24/11/2020	25/11/2020	26/11/2020	27/11/2020
PISTO	LENTELLAS VEXETAIS	CREMA DE CABAZA	FABAS VEXETAIS	XUDIAS CON TOMATE
POLO O CHILINDRON	FOGONEIRO EN SALSA DE CABAZA	TENREIRA GUISADA	PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL	ALBÓNDEGAS
ARROZ INTEGRAL	LEITUGA, ESPARRAGOS E CENORIA	MACARRONS INTEGRAIS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	ARROZ INTEGRAL
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA
30/11/2020	01/12/2020	02/12/2020	03/12/2020	04/12/2020
MACARRONS INTEGRAIS CON CHAMPIÑONS				
SALMON O FORNO				
BROCOLI SALTEADO				
IOGUR				

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
02/11/2020	03/11/2020	04/11/2020	05/11/2020	06/11/2020
CREMA DE FABAS	ARROZ TRES DELICIAS	CALDO DE REPOLO, PORRO, CENORIA E ESPINACAS	CREMA DE CENORIA	LENTELLAS CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA	PESCADA O FORNO	LOMBO ASADO	PEITUGA DE PAVO ASADA	PESCADA O FORNO
TOMATE NATURAL	XUDIAS REFOGADAS	PURÉ DE PATACA	MACARRONS SALTEADOS	PATACA O VAPOR
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR DESNATADO	FROITA
09/11/2020	10/11/2020	11/11/2020	12/11/2020	13/11/2020
XUDIAS CON OVO	FABAS CON CABAZA	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS	CREMA DE BROCOLI E CENORIA
XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO	XURELO EN SALSA VERDE	TENREIRA ASADA	PESCADA O FORNO	PEITUGA DE PAVO ASADA
LEITUGA E TOMATE	CHÍCHAROS CON PATACAS	ARROZ BRANCO	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS	PATACA ASADA
IOGUR DESNATADO	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
16/11/2020	17/11/2020	18/11/2020	19/11/2020	20/11/2020
ESPIRAIS SALTEADOS	COLIFLOR O VAPOR	ENSALADA TROPICAL	SOPA VEXETAL	GARAVANZOS CON VERDURAS
SALMON EN SALSA	TORTILLA FRANCESA	LOMBO ASADO	XAMÓN ASADO	PESCADA O FORNO
VERDURAS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL	ARROZ BRANCO	PATACA O VAPOR
FROITA	IOGUR DESNATADO	FROITA	FROITA	FROITA
23/11/2020	24/11/2020	25/11/2020	26/11/2020	27/11/2020
MINISTRA SALTEADA	LENTELLAS VEXETAIS	CREMA DE CABAZA	FABAS CON VERDURAS	XUDIAS REFOGADAS
XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	FOGONEIRO O FORNO	TENREIRA ASADA	PESCADA O FORNO	XAMÓN ASADO
ARROZ BRANCO	LEITUGA, ESPARRAGOS E CENORIA	FIDEOS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	ARROZ BRANCO
FROITA	FROITA	IOGUR DESNATADO	FROITA	FROITA
30/11/2020	01/12/2020	02/12/2020	03/12/2020	04/12/2020
MACARRONS SALTEADOS CON CHAMPIÑONS				
SALMON O FORNO				
BROCOLI SALTEADO				
IOGUR DESNATADO				

LUNS					MARTES				MÉRCORES				XOVES				VENRES			
02/11/2020					03/11/2020				04/11/2020				05/11/2020				06/11/2020			
CREMA DE FABAS					ARROZ TRES DELICIAS				CALDO DE REPOLO, PORRO, CENORIA E ESPINACAS				CREMA DE CENORIA				LENTELLAS CON VERDURAS			
TORTILLA DE ESPINACAS					PESCADA GUISADA				FILETE RUSO EN SALSAS CASTELLANA				TAQUIÑO DE PAVO GUISADO				PESCADA A GALEGA			
ENSALADA DE TOMATE					XUDIAS REFOGADAS				PURE DE PATACA				CON MACARRONS				CON PATACAS			
KIWI					PLATANO				PERA				IOGUR				MANDARINA			
Kcal	Port	Lip	HC		Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC
736,48	24,94	21,72	101,88		728,9	28,69	27,55	111,44	653,36	21,4	20,61	72,99	750,28	31,83	28,88	109,42	687,48	33,2	24,88	98,64
% VET	14%	27%	55%		% VET	16%	34%	61%	% VET	13%	28%	45%	% VET	17%	35%	58%	% VET	19%	33%	57%
09/11/2020					10/11/2020				11/11/2020				12/11/2020				13/11/2020			
XUDIAS CON OVO COCIDO					FABAS CON CABAZA				SOPA DE VERDURAS				GARAVANZOS CON ESPINCAS				CREMA DE BROCOLI E CENORIA			
XAMONCIÑOS DE POLO O FORNO					XURELO EN SALSAS VERDE				TENREIRA ESTUFADA				FILETE DE PESCADA A ROMANA				PAVO GUISADO CON PATACAS			
ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE					CON CHÍCHAROS E PATACAS				ARROZ BRANCO				ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS							
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
665,46	25,66	30,66	56,98		778,39	28,34	23,82	94,21	840,51	30,06	32,34	104,7	677,3	24,83	21,77	82,62	611,47	22,98	20,28	74,4
% VET	15%	41%	34%		% VET	15%	28%	48%	% VET	14%	35%	50%	% VET	15%	29%	49%	% VET	15%	30%	49%
16/11/2020					17/11/2020				18/11/2020				19/11/2020				20/11/2020			
ESPIRAIS O FORNO					COLIFLOR A GALEGA				ENSALADA TROPICAL				SOPA VEXETAL				GARAVANZOS CON VERDURAS			
SALMON EN SALSAS					TORTILLA DE PATACA				Lombo adubado o forno				GUISO DE PORCO CON PATACAS				FILETE DE PESCADA A MARIÑEIRA			
VERDURAS					ENSALADA DE LEITUGA, CENORIAS E OLIVAS				MACARRONS CON ALLO E PEREXIL								PATACAS O VAPOR			
MAZA					IOGUR				KIWI				PERA				MANDARINA			
Kcal	Port	Lip	HC		Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC
776,71	28,36	24,37	107,73		670,63	22,1	29,85	73,31	500,99	20,03	15,04	68,13	682,95	21,06	20,39	99,25	806,76	38,97	21,41	108,42
% VET	15%	28%	55%		% VET	13%	40%	44%	% VET	16%	27%	54%	% VET	12%	27%	58%	% VET	19%	24%	54%
23/11/2020					24/11/2020				25/11/2020				26/11/2020				27/11/2020			
MINISTRA SALTEADA					LENTELLAS A CASEIRA				CREMA DE CABAZA				FABAS CON VERDURAS				XUDIAS EN SALSAS DE TOMATE			
POLO O CHILINDRON					FOGONEIRO EN SALSAS DE CABAZA				TENREIRA GUISADA				PESCADA REBOZADA CON ALLO E PEREXIL				ALBONDEGAS EN SALSAS			
ARROZ BRANCO					ENSALADA DE LEITUGA, ESPÁRRAGOS E CENORIA				CON FIDEOS				ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS				ARROZ PILAW			
MANDARINA					MAZA				IOGUR				PLATANO				KIWI			
Kcal	Port	Lip	HC		Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC
648,23	24,19	23,2	77,16		697,18	28,43	19,58	89,44	765,1	29,29	33,61	83,39	732,9	29,58	27,23	82,64	570,52	23,1	19,99	65,11
% VET	15%	32%	48%		% VET	16%	25%	51%	% VET	15%	40%	44%	% VET	16%	33%	45%	% VET	16%	32%	46%
30/11/2020					01/12/2020				02/12/2020				03/12/2020				04/12/2020			
MACARRONS CON CHAMPIÑONS																				
SALMON O FORNO																				
BROCOLI SALTEADO																				
IOGUR																				
Kcal	Port	Lip	HC		Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC
841,43	35,82	27,26	111,57																	
% VET	17%	29%	53%		% VET	#DIV/0!	#DIV/0!	#DIV/0!	% VET	#DIV/0!	#DIV/0!	#DIV/0!	% VET	#DIV/0!	#DIV/0!	#DIV/0!	% VET	#DIV/0!	#DIV/0!	#DIV/0!

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
02/11/2020	03/11/2020	04/11/2020	05/11/2020	06/11/2020
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	MANDARINA	PLATANO
ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA		ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA		ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA
09/11/2020	10/11/2020	11/11/2020	12/11/2020	13/11/2020
IOGUR NATURAL	VASO DE LEITE CON SUCRE OU MEL	QUEIXO FRESCO	VASO DE LEITE CON CACAO	IOGUR NATURAL
PAN FRESCO DO DÍA	BOLACHAS TIPO MARÍA	PAN FRESCO DO DÍA	COPOS DE MILLO	BOLACHAS TIPO MARÍA
MAZÁ	PLÁTANO	PERA	KIWI	ZUME LARANXA FRESCA NATURAL
ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA		ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA		
16/11/2020	17/11/2020	18/11/2020	19/11/2020	20/11/2020
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	MANDARINA	PLÁTANO	PERA
		ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA		ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA
23/11/2020	24/11/2020	25/11/2020	26/11/2020	27/11/2020
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	
30/11/2020	01/12/2020	02/12/2020	03/12/2020	04/12/2020
VASO DE LEITE CON SUCRE OU MEL				
PAN FRESCO DO DÍA				
PERA				
ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA				

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
02/11/2020	03/11/2020	04/11/2020	05/11/2020	06/11/2020
CREMA DE FABAS	ARROZ TRES DELICIAS	CALDO DE REPOLO, PORRO, CENORIA E ESPINACAS	CREMA DE CENORIA	LENTELLAS CON VERDURAS
TORTILLA DE ESPINACAS	PESCADA GUISADA	FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA	SALMON O FORNO	PESCADA A GALEGA
	XUDIAS REFOGADAS	PURÉ DE PATACA	MACARRONS SALTEADOS	PATACAS O VAPOR
IOGUR	FROITA	IOGUR	IOGUR	IOGUR
09/11/2020	10/11/2020	11/11/2020	12/11/2020	13/11/2020
XUDIAS CON OVO	FABAS CON CABAZA	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS	CREMA DE BROCOLI E CENORIA
CANELONS DE ATUN	XURELO EN SALSA VERDE	MACARRONS CON TOMATE E ATÚN	PESCADA O FORNO	ROLIÑO PRIMAVERA
PURÉ DE PATACA	CHÍCHAROS CON PATACAS		PURÉ DE PATACA	PATACA COCIDA
IOGUR	IOGUR	FROITA	IOGUR	IOGUR
16/11/2020	17/11/2020	18/11/2020	19/11/2020	20/11/2020
ESPIRAIS O FORNO	COLIFLOR A GALEGA	MINESTRA SALTEADA	SOPA VEXETAL	GARAVANZOS CON VERDURAS
SALMON EN SALSA	TORTILLA DE PATACA	RAPE O FORNO	TORTILLA FRANCESA	PESCADA A MARIÑEIRA
VERDURAS		MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL	PATACA COCIDA	PATACAS O VAPOR
IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR	FROITA
23/11/2020	24/11/2020	25/11/2020	26/11/2020	27/11/2020
MINESTRA SALTEADA	LENTELLAS VEXETAIS	XUDIAS CON TOMATE	FABAS CON VERDURAS	XUDIAS CON TOMATE
ROLIÑO PRIMAVERA	FOGONEIRO EN SALSA DE CABAZA	MACARRONS CON TOMATE E ATÚN	PESCADA O FORNO	ALBONDEGAS
ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO		PURÉ DE PATACA	ARROZ PILAF
IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR	FROITA
30/11/2020	01/12/2020	02/12/2020	03/12/2020	04/12/2020
MACARRONS SALTEADOS				
SALMON O FORNO				
BROCOLI SALTEADO				
IOGUR				










LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
02/11/2020	03/11/2020	04/11/2020	05/11/2020	06/11/2020
CREMA DE FABAS	ARROZ TRES DELICIAS	CALDO DE REPOLO, PORRO, CENORIA E ESPINACAS	CREMA DE CENORIA	SOPA DE PASTA
TORTILLA DE ESPINACAS	PESCADA EN SALSA	LOMBO EN SALSA	ESTUFADO DE PAVO	PESCADA A GALEGA
ENSALADA	XUDIAS REFOGADAS	PURÉ DE PATACA	MACARRONS	PATACA O VAPOR
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
09/11/2020	10/11/2020	11/11/2020	12/11/2020	13/11/2020
XUDIAS CON OVO	FABAS CON CABAZA	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON VERDURAS	CREMA DE CENORIA E BROCOLI
XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	XURELO EN SALSA VERDE	TENREIRA ESTUFADA CON ARROZ	FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA	ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS
ENSALADA	CHÍCHAROS E PATACAS		ENSALADA	
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
16/11/2020	17/11/2020	18/11/2020	19/11/2020	20/11/2020
PASTA O FORNO	COLIFLOR A GALEGA	ENSALADA TROPICAL	SOPA VEXETAL	GARAVANZOS CON VERDURAS
SALMON EN SALSA	TORTILLA DE PATACA	LOMBO EN SALSA	GUISO DE CARNE	PESCADA A MARIÑEIRA
VERDURAS	ENSALADA	MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL		PATACA O VAPOR
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
23/11/2020	24/11/2020	25/11/2020	26/11/2020	27/11/2020
MINESTRA SALTEADA	SOPA DE PASTA	CREMA DE CABAZA	FABAS VEXETAIS	XUDIAS CON TOMATE
POLO O CHILINDRON	FOGONEIRO EN SALSA DE CABAZA	TENREIRA GUISADA	FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA	ALBÓNDEGAS
ARROZ BRANCO	ENSALADA DE LEITUGA, ESPARRAGOS E CENORIA	MACARRONS	ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	ARROZ BRANCO
FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA
30/11/2020	01/12/2020	02/12/2020	03/12/2020	04/12/2020
MACARRONS CON CHAMPIÑONS				
SALMON O FORNO				
BROCOLI REFOGADO				
IOGUR				





# As Gardiás e Os Gardiáns Da Saúde











Luns 02/11/2020	Martes 03/11/2020	Mércores 04/11/2020	Xoves 05/11/2020	Venres 06/11/2020
XOGO 	Xogo libre vixiado polxs monitorxs	ACTIVIDADE <i>ACCIÓN ESTRELA</i> ALIMENTA A TÚA FORZA	ACTIVIDADE ALIMENTA A TÚA FORZA	Xogo libre vixiado polxs monitorxs. BOŞ MODAIS NA MESA
BOŞ HÁBITOS 09/11/2020	10/11/2020	11/11/2020	12/11/2020	13/11/2020
ACTIVIDADE <i>ACCIÓN ESTRELA</i> ALIMENTA A TÚA FORZA	Xogo libre vixiado polxs monitorxs	ACTIVIDADE <i>ROMPENDO A RUTINA</i> ANEDIA	ACTIVIDADE ANEDIA	Xogo libre vixiado polxs monitorxs. P. Mellorar o nivel de ruído
16/11/2020	17/11/2020	18/11/2020	19/11/2020	20/11/2020
XOGO 	Xogo libre vixiado polxs monitorxs	XOGO 	XOGO 	Xogo libre vixiado polxs monitorxs. <b>DÍA DA INFANCIA</b> BOŞ MODAIS NA MESA 
O PATIO DO MEU COLE É PARTICULAR 23/11/2020	24/11/2020	25/11/2020	26/11/2020	27/11/2020
XOGO 	Xogo libre vixiado polxs monitorxs	XOGO 	XOGO 	Xogo libre vixiado polxs monitorxs. P. Mellorar o nivel de ruído
O PATIO DO MEU COLE É PARTICULAR 30/11/2020		O PATIO DO MEU COLE É PARTICULAR	BOŞ HÁBITOS	
XOGO 				
O PATIO DO MEU COLE É PARTICULAR				



# As Gardiás e Os Gardiáns Da Saúde



Luns 02/11/2020	Martes 03/11/2020	Mércores 04/11/2020	Xoves 05/11/2020	Venres 06/11/2020
XOGO 	Xogo libre vixiado polxs monitorxs	ACTIVIDADE <i>ACCIÓN ESTRELA</i> ALIMENTA A TÚA FORZA	ACTIVIDADE ALIMENTA A TÚA FORZA	Xogo libre vixiado polxs monitorxs. BOŞ MODAIS NA MESA
BOŞ HÁBITOS 09/11/2020	10/11/2020	11/11/2020	12/11/2020	13/11/2020
ACTIVIDADE <i>ACCIÓN ESTRELA</i> ALIMENTA A TÚA FORZA	Xogo libre vixiado polxs monitorxs	ACTIVIDADE <i>ROMPENDO A RUTINA</i> ANEDIA	ACTIVIDADE ANEDIA	Xogo libre vixiado polxs monitorxs. P. Mellorar o nivel de ruído
16/11/2020	17/11/2020	18/11/2020	19/11/2020	20/11/2020
XOGO 	Xogo libre vixiado polxs monitorxs	XOGO 	XOGO 	Xogo libre vixiado polxs monitorxs. <b>DÍA DA INFANCIA</b> BOŞ MODAIS NA MESA
O PATIO DO MEU COLE É PARTICULAR 23/11/2020	24/11/2020	25/11/2020	26/11/2020	27/11/2020
XOGO 	Xogo libre vixiado polxs monitorxs	XOGO 	XOGO 	Xogo libre vixiado polxs monitorxs. P. Mellorar o nivel de ruído
O PATIO DO MEU COLE É PARTICULAR 30/11/2020		O PATIO DO MEU COLE É PARTICULAR	BOŞ HÁBITOS	
XOGO 				
O PATIO DO MEU COLE É PARTICULAR				