



CEIP PLURILINGÜE DE SILLEDA XANEIRO- JANUARY 2019

	Luns Monday	Martes Tuesday	Mércores-Wednesday	Xoves Thursday	Venres Friday
SEMANA					
SEMANA 7-11 XANEIRO		Sopa Costela á rioxana Iogur	Garavanzos Peixe con tomate froita	Crema de verduras Churrasco e crioulo "Petit"	Minestra Tortilla e tomate Iogur
		Soup Ribs Yogurth	Chickpeas stew Fish and tomato. Fruit	Creamed vegetables Barbecue. Petit.	Vegetables stew Spanish Omelette and tomato Yogurht.
SEMANA 14-18 XANEIRO	Crema de cabaciña Bisté con Leituga Iogur	Caldo Fideos con sepia Froita	Lentellas Hamburguesa con leituga Froita en xarope	Pizza Peixe con Tomate Froita	Sopa Xamón asado "Petit"
	Creamed zucchini Steak and salad. Yogurth.	Broth Noodles with squid Fruit.	Lentils. Hamburger and salad Fruit in syrup	Pizza Fish and tomato Fruit.	Soup. Baked ham. Petit.
SEMANA 21- 25 XANEIRO	Xudías con ovo Carne guisada Froita	Fabada Sardiñas con cachelos e tomate Froita	Sopa Richada con pementos. Iogur	Cocido Froita	Lentellas Empanada Queixo con marmelo
	Green beans with egg Stewed meat Fruit.	Broad beans Sardines, potatoes and tomato Fruit.	Soup Richada and peppers Yogurth	Cocido Fruit	Lentils Galician Pie Cheese and quince.
SEMANA 28 XANEIRO o 1 DE FEBREIRO	Pizza Costela á rioxana Froita	Caldo Bacallaos ao forno con tomates Iogur	Xudías con chourizo Peituga con leituga "Petit"	Chícharos con xamón Pasta con atún Froita	
	Pizza Ribs Fruit.	Broth Baked cod and tomato Yogurth	Green beans and chorizo Chicken breast and salad Petit.	Peas and ham Pasta and tuna Fruit.	



CEIP PLURILINGÜE DE SILLEDÁ FEBREIRO-FEBRUARY 2019

	Luns Monday	Martes Tuesday	Mércores-Wednesday	Xoves Thursday	Venres Friday
SEMANA 29 de XANEIRO o 2 de FEBREIRO					Sopa Tortilla con tomate Iogur Soup Omelette and tomato. Yoghurt
SEMANA 4-8 Febreiro	Minestra Hamburguesa con leituga Iogur	Lentellas Sepia con arroz Froita	Sopa Tenreira asada Froita en xarope	Crema de cenoria Espaguete á boloñesa Iogur	Garavanzos. Peixe con ensalada Iogur
	Vegetables stew Burger and lettuce. Yogurth	Lentils. Squid and rice. Fruit.	Soup Baked meat. Fruit in syrup.	Carrots cream Pasta bolognese. Yogurth.	Chickpeas stew Fish and salad Yogurt.
SEMANA 11-15 Febreiro	Sopa. Peituga de pavo Froita	lentellas Richada con pementos Froita	Cocido Iogur	Minestra Calamares con leituga Froita	Sopa Albóndegas Iogur
	Soup. Turkey breast Fruit.	Lentils. "richada with peppers" Fruit.	Cocido Yogurth	Vegetables stew Squid and salad Fruit.	Soup Meatballs Yogurth.
SEMANA 18-22 Febreiro	Lentellas Arroz con carne Iogur	Sopa Zanco de polo Iogur	Crema de cenoria Brócoli con bacallau Froita	Garavanzos Lirios con ensalada "Petit"	Xudías con chourizo Fideos con carne Froita
	Lentils Meat and rice Yogurth	Soup Chicken Yoghurt	Carrot cream. Cod and broccoli Fruit	Chickpeas Fish and salad Petit.	Green beans and chorizo Noodles with meat Fruit.
SEMANA 25 Febreiro a 1 de Marzo	Ensalada mixta Zorza Iogur	Chícharos con xamón Espaguete á boloñesa "Petit"	Pizza Peixe con ensalada Froita	Fabada Calamares con leituga Froita	
	Mixed salad Zorza Yogurth.	Peas and ham Spaghetti bolognese. Petit.	Pizza Fish and salad Fruit.	Broad Beans Baked cod. Fruit.	



CEIP PLURLINGÜE DE SILLEDA MARZO-MARCH 2019

	Luns Monday	Martes Tuesday	Mércores-Wednesday	Xoves Thursday	Venres Friday
SEMANA 25 Febreiro a 1 de Marzo					Cocido Iogur
					Cocido Yogurth.
SEMANA 4-8 marzo				Sopa Peixe con ensalada Froita en xarope	Ensalada mixta Churrasco Froita
				Soup Fish and salad. Fruit in sugar syrup.	Mixed salad Barbacue Fruit.
SEMANA 11-15 marzo	Minestra Costela á rioxana Froita	Sopa Zancos de polo Froita	Fabada Chocos con arroz Iogur	Ensalada de pasta Peixe ao forno "Petit"	Caldo Lombo á grella Iogur
	Vegetables stew Ribs. Fruit.	Soup Chicken Fruit.	Broad beans Squid and rice Yogurth	Pasta salad Baked fish. Petit.	Broad Loin Yogurth.
SEMANA 18-22 marzo	Ensalada mixta Fideos con carne Froita	Lentellas Arroz con bacallau "Petit"	Fabada Hamburguesa. Froita	Xudías con chourizo. Peixe con ensalada Iogur	Crema de verduras Bisté con ensalada Iogur
	Mixed salad Noodles with meat Fruit.	Lentils Cod and rice. Petit.	Broad beans Hamburguer. Fruit	Green beans and "chourizo". Fish and salad Yogurth.	Creamed vegetables Steak and salad. Yogurth
Semana 25-29 marzo	Xudías con chourizo Arroz con polo. Froita	Crema de cenoria Peituga de Pavo Froita	Lentellas. Salmón ao forno con arroz en branco Iogur	Sopa Richada con pementos "Petit"	Chícharos con xamón Calamares con leituga Froita
	Green beans and chorizo Rice and chicken Fruit.	Carrot Cream Turkey breast Fruit.	Lentils Baked salmon and rice Yogurth.	Soup. Richada and peppers. Petit.	Peas and ham Squid and salad Fruit



CEIP PLURILINGÜE DE SILLEDA ABRIL - APRIL 2019

	Luns Monday	Martes Tuesday	Mércores-Wednesday	xoves Thursday	Venres Friday
SEMANA 1-5 abril	Ensalada de pasta Guiso de carne Froita	Lentellas Peixe con ensalada Iogur	Garavanzos con espinacas Empanada Queixo con marmelo.	Minestra Peixe con ensalada. "Petit"	Caldo Hamburguesa con tomate Froita
	Pasta salad Meat stew Fruit.	Lentils. Fish and salad. Yogurth.	Chickpeas and spinach Pie Quince and cheese.	Vegetables stew Fish and salad. Petit.	Broth Hamburger and tomato Fruit
SEMANA 8-12 abril	Sopa Tortilla con tomate Froita en xarope	Fabada. Pescada á romana Froita	Lentellas Coliflor con bacallau Iogur	Pizza. Sardiñas con cachelos e tomate "Petit"	Cocido Froita
	Soup Omelette and tomato. Fruit in syrup.	Broad beans. Fish Fruit	Lentils Cauliflower and cod Yoghurt	Pizza Sardines, potatoes and tomatoes. Petit.	Cocido Fruit
SEMANA 15- 19 abril					
		Sopa Tortilla Iogur Soup Omelette. Yogurth	Ensalada mixta Zorza "Petit"	Crema de cenorias Fideos con sepia Iogur	Garavanzos con espinacas. Peituga con tomate Queixo con marmelo
SEMANA 22 - 26 abril			Mixed salad. Zorza. Petit.	Carrots cream Noodles with squid Yoghurt	Chickpeas and spinach Chicken breast and tomato. Cheese and quince
SEMANA 29 de abril a 3 de maio	Ensalada de arroz Carne guisada Froita	Sopa Albóndegas Froita			
	Rice salad. Meat stew Fruit.	Soup Meatballs Fruit			