

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
<p>30</p> <p>CREMA PARMENTIER</p> <p>FILETE PALOMETA VERDURA SALTEADA</p> <p>IOGURE E PAN BRANCO</p>	<p>31</p> <p>LENTELLAS ESTOFADAS CON VERDURAS</p> <p>POLO AO CHILINDRON PATACAS</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	<p>1</p> <p>FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>SOPA DE ESTRELAS</p> <p>TENREIRA ASADA ARROZ</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>3</p> <p>SALTEADO DE XUDIAS VERDES CON PATACAS</p> <p>VENTRESCA DE MERLUZA CON VINGRETA DE CITRICOS ENSALADA DE LEITUGA</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>
<p>6</p> <p>CREMA DE CABACIÑO</p> <p>TORTILLA FRANCESA DE XAMÓN YORK ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>7</p> <p>FABAS ESTOFADAS</p> <p>FILETE DE XARDA A PRANCHA VERDURAS SALTEADAS</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	<p>8</p> <p>ARROZ INTEGRAL CON SALSA DE TOMATE</p> <p>HAMBURGUESAS DE TENREIRA ENSALADA DE LEITUGA</p> <p>IOGURE E PAN BRANCO</p>	<p>9</p> <p>SALTEADO DE COLIFLOR</p> <p>POLO ASADO AO LIMÓN PARTMENTIER DE PATACA AO ROMEU</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>10</p> <p>MACARRÓNS A AMTRICIANA</p> <p>FILETE DE MERLUZA O FORNO BRÓCOLI SALTEADO</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>
<p>13</p> <p>ARROZ SALTEADO</p> <p>FILETE DE MERLUZA AO FORNO CHÍCHAROS SALTEADOS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>14</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>TENREIRA ASADA PATACAS</p> <p>IOGURE E PAN INTEGRAL</p>	<p>15</p> <p>CODITOS A LA NAPOLITANA</p> <p>TORTILLA FRANCESA ENSALADA DE LEITUGA</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>16</p> <p>XORNADA GASTONOMICA GRIEGA</p>	<p>17</p> <p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>POLO AO FORNO PISTO MANCHEGO</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>
<p>20</p> <p>LENTELLAS CON VERDURAS</p> <p>TORTILLA DE PATACAS ENSALADA DE LEITURGA</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>21</p> <p>MACARRÓNS AO ALLO</p> <p>XAMONCITOS DE POLO ASADO AO TOMIÑO</p> <p>ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	<p>22</p> <p>GARAVANZOS ESTOFADOS CON ESPINACAS</p> <p>XARDA EN SALSA DE TOMATE CENORIAS SALTEADAS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>23</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>LOMBO FRESCO A PRANCHA PATACAS O POBRE</p> <p>IOGURE E PAN BRANCO</p>	<p>24</p> <p>PAELLA DE VERDURAS</p> <p>FILETE DE MERLUZA O FORNO CHAMPIÑONS SALTEADOS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>
<p>27</p> <p>MINESTRA DE VERDURAS SALTEADA</p> <p>FILETE DE POLO A PRANCHA ARROZ</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>28</p> <p>FABAS ESTOFADAS</p> <p>PALOMETA AO FORNO ENSALADA DE LEITUGA TOMATE</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	<p>29</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>TORTILLA FRANCESA DE ATÚN ENSALADA DE LEITUGA</p> <p>IOGURE E PAN BRANCO</p>	<p>30</p> <p>SOPA DE AVE CON FIDEOS</p> <p>TENREIRA ASADA PATACAS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	

MES: novembro 2023

MENÚ FRUCTOSA

Luns		Martes		Mércores		Xoves		Venres			
30	<p>CREMA DE PORROS</p> <p>FILETE PALOMETA CABACIÑO SALTEADO IOGUR DE SOIA E PAN (sen gluten)</p>	31	<p>SOPA DE PASTA sen gluten</p> <p>POLO ASADO PATACAS XELATINA E PAN (sen gluten)</p>	1		<p>FESTIVO</p>		2	<p>SOPA DE PASTA sen gluten</p> <p>TENREIRA A PRANCHA ARROZ XELATINA E PAN (sen gluten)</p>	3	<p>CHAMPIÑÓNS SALTEADOS</p> <p>VENTRESCA DE MERLUZA O FORNO PATACAS XELATINA E PAN (sen gluten)</p>
6	<p>CREMA DE CABACIÑO</p> <p>LOMBO A PRANCHA ARROZ XELATINA E PAN (sen gluten)</p>	7	<p>SOPA DE PASTA sen ovo</p> <p>FILETE DE XARDA A PRANCHA PATACAS XELATINA E PAN (sen gluten)</p>	8	<p>ARROZ SALTEADO</p> <p>FILETE DE TENREIRA PATACAS IOGUR DE SOIA E PAN (sen gluten)</p>	9	<p>CREMA DE PORROS</p> <p>POLO ASADO PATACAS XELATINA E PAN (sen gluten)</p>	10	<p>PASTA (sen gluten) SALTEADOS</p> <p>FILETE DE MERLUZA AO FORNO ARROZ XELATINA E PAN (sen gluten)</p>		
13	<p>ARROZ SALTEADO</p> <p>FILETE DE MERLUZA AO FORNO PATACAS XELATINA E PAN (sen gluten)</p>	14	<p>CREMA DE PORROS</p> <p>FILETE DE TENREIRA A PRANCHA PATACAS IOGUR DE SOIA E PAN (sen gluten)</p>	15	<p>PASTA (sen gluten) SALTEADOS</p> <p>TORTILLA FRANCESA ARROZ XELATINA E PAN (sen gluten)</p>	16		<p>XORNADA GASTONOMICA GRIEGA</p>		17	<p>SOPA PASTA (sen gluten)</p> <p>PEITUGA DE POLO A PRANCHA PATACA XELATINA E PAN (sen gluten)</p>
20	<p>CREMA DE CABACIÑO</p> <p>PAVO A PLANCHA ARROZ XELATINA E PAN (sen gluten)</p>	21	<p>PASTA (sen gluten) SALTEADO</p> <p>XAMONCITOS DE POLO ASADO AO TOMIÑO PATACA XELATINA E PAN (sen gluten)</p>	22	<p>CREMA ESPINACA</p> <p>XARDA A PRANCHA CABACIÑO SALTEADAS XELATINA E PAN (sen gluten)</p>	23	<p>CREMA DE PORROS</p> <p>LOMBO FRESCO A PRANCHA PATACAS COCIDA IOGUR DESOIA E PAN (sen gluten)</p>	24	<p>ARROZ SALTEADO</p> <p>FILETE DE MERLUZA O FORNO CHAMPIÑÓNS SALTEADOS XELATINA E PAN (sen gluten)</p>		
27	<p>CABACIÑO SALTEADO</p> <p>POLO A PRANCHA ARROZ XELATINA E PAN (sen gluten)</p>	28	<p>CREMA DE ESPINACAS</p> <p>PALOMETA O FORNO PATACAS XELATINA E PAN (sen gluten)</p>	29	<p>CREMA DE PORROS</p> <p>LOMBO DE PORCO A PRANCHA ARROZ IOGUR DE SOIA E PAN (sen gluten)</p>	30	<p>SOPA (sen gluten)</p> <p>FILETE DE TENREIRA A PRANCHA PATACAS XELATINA E PAN (sen gluten)</p>				

MES: novembro 2023

MENÚ SEN CERDO

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
30 CREMA PARMENTIER FILETE PALOMETA VERDURA SALTEADA IOGUR E PAN BRANCO	31 LENTELLAS ESTOFADAS CON VERDURAS POLO AO CHILINDRÓN PATACAS FROITA E PAN INTEGRAL	1 FESTIVO	2 SOPA DE ESTRELAS TENREIRA ESTOFADA ARROZ FROITA E PAN BRANCO	3 SALTEADO DE XUDIAS VERDES CON PATACAS E CENORIAS VENTRESCA DE MERLUZA CON VINGRETA DE CÍTRICOS ENSALADA DE LEITUGA E MILLO FROITA E PAN BRANCO
6 CREMA DE CABACIÑO TORTILLA FRANCESA ENSALADA LEITUGA E TOMATE FROITA E PAN INTEGRAL	7 FABAS ESTOFADAS FILETE DE XARDA A PRANCHA VERDURAS SALTEADAS FROITA E PAN INTEGRAL	8 ARROZ CON SALSA DE TOMATE HAMBURGUESAS DE TENREIRA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO IOGUR E PAN BRANCO	9 SALTEADO DE COLIFLOR POLO ASADO AO LIMÓN PARTMENTIER DE PATACA AO ROMEU FROITA E PAN BRANCO	10 MACARRÓNS NAPOLITANA RABAS DE LURAS BRÓCOLI SALTEADO FROITA E PAN BRANCO
13 ARROZ CON SALSA DE TOMATE FILETE DE MERLUZA AO FORNO CHICHAROS SALTEADOS FROITA E PAN INTEGRAL	14 CREMA DE VERDURAS TENREIRA ESTOFADA A XARDIÑEIRA PATACAS IOGUR E PAN BRANCO	15 CODITOS A NAPOLITANA TORTILLA FRANCESA DE QUEIXO ENSALADA DE LEITUGA E MILLO FROITA E PAN BRANCO	16 XORNADA GASTONOMICA GRIEGA	17 SOPA DE FIDEOS POLO AO FORNO PISTO MANCHEGO FROITA E PAN BRANCO
20 LENTELLAS ESTOFADAS COM VERDURAS TORTILLA DE PATACAS ENSALADA DE LEITUGA E QUEIXO FROITA E PAN BRANCO	21 MACARRÓNS AO ALLO XAMONCITOS DE POLO ASADO AO TOMIÑO ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE FROITA E PAN INTEGRAL	22 GARAVANZOS CON ESPINACAS XARDA EN SALSA DE TOMATE CENORIAS SALTEADAS FROITA E PAN BRANCO	23 CREMA DE VERDURAS PAVO A PRANCHA PATACAS O POBRE IOGUR E PAN BRANCO	24 PAELLA DE VERDURAS FIELE DE MERLUZA O FORNO CHAMPIÑONS SALTEADOS FROITA E PAN BRANCO
27 MINESTRA DE VERDURAS SALTEADA ALGÓDEGAS A XARDINEIRA ARROZ FROITA E PAN BRANCO	28 FABAS ESTOFADAS PALOMETA A LA DONOSTIARRA ENSALADA DE LEITUGA TOMATE E MILLO FROITA E PAN INTEGRAL	29 CREMA DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA DE ATÚN ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA IOGUR E PAN BRANCO	30 SOPA DE FIDEOS ESTOFADO DE TENREIRA PATACAS FROITA E PAN INTEGRAL	

MES: novembro 2023

MENÚ SEN FROITOS SECOS NIN LTP

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
<p>30</p> <p>CREMA PARMENTIER</p> <p>FILETE DE PALOMETA VERDURA SALTEADA</p> <p>IOGUR E PAN BRANCO</p>	<p>31</p> <p>LENTELLAS ESTOFADAS CON VERDURAS</p> <p>POLO AO CHILINDRÓN PATACAS</p> <p>XELATINA E PAN INTEGRAL</p>	<p>1</p> <p>FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>SOPA DE ESTRELAS</p> <p>TENREIRA ESTOFADA ARROZ</p> <p>XELATINA E PAN BRANCO</p>	<p>3</p> <p>SALTEADO XUDIAS VERDAS CON PATACAS E CENORIAS</p> <p>VENTRESCA DE MERLUZA O FORNO ENSALADA DE LEITUGA E MILLO</p> <p>XELATINA E PAN BRANCO</p>
<p>6</p> <p>CREMA DE CABACIÑO</p> <p>TORTILLA FRANCESA DE XAMÓN YORK ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE</p> <p>XELATINA E PAN BRANCO</p>	<p>7</p> <p>FABAS ESTOFADAS</p> <p>FILETE DE XARDA A PRANCHA VERDURAS SALTEADAS</p> <p>XELATINA E PAN INTEGRAL</p>	<p>8</p> <p>ARROZ CON SELASA DE TOMATE</p> <p>HAMBURGUESAS DE TENREIRA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO</p> <p>IOGUR E PAN BRANCO</p>	<p>9</p> <p>SALTEADO DE COLIFLOR</p> <p>POLO ASADO PARTMENTIER DE PATACA AO ROMEU</p> <p>XELATINA E PAN BRANCO</p>	<p>10</p> <p>MACARRÓNS A AMTRICIANA</p> <p>RABAS DE LURA BROCOLI SALTEADO</p> <p>XELATINA E PAN BRANCO</p>
<p>13</p> <p>ARROZ CON SALSA DE TOMATE</p> <p>MERLUZA AO FORNO CHICHAROS SALTEADOS</p> <p>XELATINA E PAN BRANCO</p>	<p>14</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>TENREIRA ESTOFADA A XARDIÑEIRA PATACAS</p> <p>IOGUR E PAN INTEGRAL</p>	<p>15</p> <p>CODITOS A NAPOLITANA</p> <p>TORTILLA FRANCESA DE QUEIXO ENSALADA DE LEITUGA E MILLO</p> <p>XELATINA E PAN BRANCO</p>	<p>16</p> <p>XORNADA GASTONOMICA GRIEGA</p>	<p>17</p> <p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>SALCHICHAS FRESCAS O HORNO PISTO MANCHEGO</p> <p>XELATINA E PAN BRANCO</p>
<p>20</p> <p>LENTELLAS A RIOXANA</p> <p>TORTILLA DE PATACAS ENSALADA DE LEITUGA E QUEIXO</p> <p>XELATINA E PAN BRANCO</p>	<p>21</p> <p>MACARRÓNS SALTEADOS</p> <p>XAMONCITOS DE POLO ASADO AO TOMIÑO</p> <p>ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE</p> <p>XELATINA E PAN INTEGRAL</p>	<p>22</p> <p>GARAVANZOS ESTOFADAS CON ESPINACAS</p> <p>XARDA EN SALSA DE TOMATE CENORIAS SALTEADAS</p> <p>XELATINA E PAN BRANCO</p>	<p>23</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>LOMBO A PRANCHA PATACAS O POBRE</p> <p>IOGUR E PAN BRANCO</p>	<p>24</p> <p>PAELLA DE VERDURAS</p> <p>MERLUZA O FORNO CHAMPIÑONS SALTEADOS</p> <p>XELATINA E PAN BRANCO</p>
<p>27</p> <p>MINISTRA DE VERDURAS SALTEADA</p> <p>ALBONDEGAS A XARDIÑEIRA CON ARROZ</p> <p>XELATINA E PAN BRANCO</p>	<p>28</p> <p>FABAS ESTOFADAS</p> <p>PALOMETA A LA DONOSTIARRA ENSALADA DE LEITUGA TOMATE E MILLO</p> <p>XELATINA E PAN INTEGRAL</p>	<p>29</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>TORTILLA FRANCESA DE ATÚN ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA</p> <p>IOGUR E PAN BRANCO</p>	<p>30</p> <p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>ESTOFADO DE TENREIRA PATACAS</p> <p>XELATINA E PAN BRANCO</p>	

MES: novembro 2023

MENÚ SEN FROITOS SECOS

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
<p>30</p> <p>CREMA PARMENTIER</p> <p>FILETE DE PALOMETA VERDURA SALTEADA</p> <p>IOGUR E PAN BRANCO</p>	<p>31</p> <p>LENTELLAS ESTOFADAS CON VERDURAS</p> <p>POLO AO CHILINDRÓN PATACAS</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	<p>1</p> <p>FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>SOPA DE ESTRELAS</p> <p>TENREIRA ESTOFADA ARROZ</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>3</p> <p>SALTEADO XUDIAS VERDES CON PATACAS E CENORIAS</p> <p>VENTRESCA DE MERLUZA CON VINAGRETA DE CÍTRICOS</p> <p>ENSALADA DE LEITURGA E MILLO</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>
<p>6</p> <p>CREMA DE CABACIÑO</p> <p>TORTILLA FRANCESA DE XAMÓN YORK ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>7</p> <p>FABAS ESTOFADAS</p> <p>FILETE DE XARDA A PRANCHA VERDURAS SALTEADAS</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	<p>8</p> <p>ARROZ CON SELASA DE TOMATE</p> <p>HAMBURGUESAS DE TENREIRA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO</p> <p>IOGUR E PAN BRANCO</p>	<p>9</p> <p>SALTEADO DE COLIFLOR</p> <p>POLO ASADO AO LIMÓN PARTMENTIER DE PATACA AO ROMEU</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>10</p> <p>MACARRÓNS SALTEADOS O ALLO</p> <p>RABAS DE LURA BROCOLI SALTEADO</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>
<p>13</p> <p>ARROZ CON SALASA DE TOMATE</p> <p>MERLUZA AO ALLOARRIERO CHICHAROS SALTEADOS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>14</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>TENREIRA ESTOFADA A XARDIÑEIRA PATACAS</p> <p>IOGUR E PAN INTEGRAL</p>	<p>15</p> <p>CODITOS SALTEADOS</p> <p>TORTILLA FRANCESA DE QUEIXO ENSALADA DE LEITUGA E MILLO</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>16</p> <p>XORNADA GASTONOMICA GRIEGA</p>	<p>17</p> <p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>SALCHICHAS FRESCAS O HORNO PISTO MANCHEGO</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>
<p>20</p> <p>LENTELLAS A RIOXANA</p> <p>TORTILLA DE PATACAS ENSALADA DE LEITUGA E QUEIXO</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>21</p> <p>MACARRÓNS SALTEADOS</p> <p>XAMONCITOS DE POLO ASADO AO TOMIÑO</p> <p>ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	<p>22</p> <p>GARAVANZOS ESTOFADOS CON ESPINACAS</p> <p>XARDA EN SALSA DE TOMATE CENORIAS SALTEADAS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>23</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>LOMBO A PRANCHA PATACAS O POBRE</p> <p>IOGUR E PAN BRANCO</p>	<p>24</p> <p>PAELLA DE VERDURAS</p> <p>MERLUZA O FORNO CHAMPIÑONS SALTEADOS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>
<p>27</p> <p>MINESTRA DE VERDURAS SALTEADA</p> <p>ALBONDEGAS A XARDIÑEIRA CON ARROZ</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>28</p> <p>FABAS ESTOFADAS</p> <p>PALOMETA A LA DONOSTIARRA ENSALADA DE LEITUGA TOMATE E MILLO</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	<p>29</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>TORTILLA FRANCESA DE ATÚN ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA</p> <p>IOGUR E PAN BRANCO</p>	<p>30</p> <p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>ESTOFADO DE TENREIRA PATACAS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	

MES: novembro 2023

MENÚ SEN GLUTEN

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
<p>30</p> <p>CREMA PARMENTIER</p> <p>FILETE PALOMETA VERDURAS SALTEADA</p> <p>IOGUR E PAN (SEN GLUTEN)</p>	<p>31</p> <p>GARAVANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS</p> <p>POLO AO CHILINDRÓN PATACAS</p> <p>FROITA E PAN (SEN GLUTEN)</p>	<p>1</p> <p>FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>SOPA DE PASTA (SEN GLUTEN)</p> <p>TENREIRA ESTOFADA ARROZ</p> <p>FROITA E PAN (SEN GLUTEN)</p>	<p>3</p> <p>SALTEADO DE XUDIAS VERDES CON PATACAS E CENORIAS</p> <p>VENTRESCA DE MERLUZA CON VINAGRETA DE CÍTRICOS</p> <p>ENSALADA DE LEITUGA E MILLO</p> <p>FROITA E PAN (SEN GLUTEN)</p>
<p>6</p> <p>CREMA DE CABACIÑO</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON XAMÓN YORK</p> <p>ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE</p> <p>FROITA E PAN (SEN GLUTEN)</p>	<p>7</p> <p>FABAS ESTOFADAS</p> <p>FILETE DE XARDA A PRANCHA VERDURAS SALTEADAS</p> <p>FROITA E PAN (SEN GLUTEN)</p>	<p>8</p> <p>ARROZ CON SALSA DE TOMATE</p> <p>HAMBURGUESAS DE TENREIRA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO</p> <p>IOGUR E PAN (SEN GLUTEN)</p>	<p>9</p> <p>SALTEADO DE COLIFLOR</p> <p>POLO ASADO AO LIMÓN PATACAS AO ROMEU</p> <p>FROITA E PAN (SEN GLUTEN)</p>	<p>10</p> <p>MACARRÓNS (SEN GLUTEN) AMTRICIANA</p> <p>FILETE DE MERLUZA O FORNO BROCOLI SALTEADO</p> <p>FROITA E PAN (SEN GLUTEN)</p>
<p>13</p> <p>ARROZ CON SALSA DE TOMATE</p> <p>MERLUZA AO ALLOARRIERO CHICHAROS SALTEADOS</p> <p>FROITA E PAN (SEN GLUTEN)</p>	<p>14</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>TENREIRA ESTOFADA A XARDIÑEIRA PATACAS</p> <p>IOGUR E PAN (SEN GLUTEN)</p>	<p>15</p> <p>PASTA (SEN GLUTEN) A NAPOLITANA</p> <p>TORTILLA FRANCESA DE QUEIXO ENSALADA DE LEITUGA E MILLO</p> <p>FROITA E PAN (SEN GLUTEN)</p>	<p>16</p> <p>XORNADA GASTONOMICA GRIEGA</p>	<p>17</p> <p>SOPA DE PASTA (SEN GLUTEN)</p> <p>SALCHICHAS FRESCAS AO FORNO PISTO MANCHEGO</p> <p>FROITA E PAN (SEN GLUTEN)</p>
<p>20</p> <p>FABAS ESTOFADAS CON VERDURAS</p> <p>TORTILLA DE PATACAS ENSALADA DE LEITUGA E QUEIXO</p> <p>FROITA E PAN (SEN GLUTEN)</p>	<p>21</p> <p>PASTA (SEN GLUTEN) SALTEADA</p> <p>XAMONCITOS DE POLO ASADO AO TOMIÑO</p> <p>ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE</p> <p>FROITA E PAN (SEN GLUTEN)</p>	<p>22</p> <p>GARAVANZOS ESTOFADOS CON ESPINACAS</p> <p>XARDA EN SALSA DE TOMATE CENORIAS SALTEADAS</p> <p>FROITA E PAN (SEN GLUTEN)</p>	<p>23</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>LOMBO A PRANCHA PATACAS O POBRE</p> <p>IOGUR E PAN (SEN GLUTEN)</p>	<p>24</p> <p>PAELLA DE VERDURAS</p> <p>FILETE MERLUZA O FORNO CHAMPIÑONS SALTEADOS</p> <p>FROITA E PAN (SEN GLUTEN)</p>
<p>27</p> <p>MINISTRA DE VERDURAS SALTEADA</p> <p>ALBONDEGAS A XARDIÑEIRA CON ARROZ</p> <p>FROITA E PAN (SEN GLUTEN)</p>	<p>28</p> <p>FABAS ESTOFADAS</p> <p>PALOMETA A DONOSTIARRA ENSALADA DE LEITUGA TOMATE E MILLO</p> <p>FROITA E PAN (SEN GLUTEN)</p>	<p>29</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>TORTILLA FRANCESA DE ATUN ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA</p> <p>IOGUR E PAN (SEN GLUTEN)</p>	<p>30</p> <p>SOPA DE PASTA (SEN GLUTEN)</p> <p>ESTOFADO DE TENREIRA PATACAS</p> <p>FROITA E PAN (SEN GLUTEN)</p>	

MES: novembro 2023

MENÚ SEN LACTOSA

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
<p>30</p> <p>CREMA DE PORROS</p> <p>FILETE PALOMETA O FORNO VERDURA SALTEADA</p> <p>IOGUR DE SOIA E PAN BRANCO</p>	<p>31</p> <p>LENTELLAS ESTOFADAS CON VERDURAS</p> <p>POLO AO CHILINDRÓN PATACAS</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	<p>1</p> <p>FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>SOPA DE ESTRELAS</p> <p>TENREIRA ESTOFADA ARROZ</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>3</p> <p>SALTEADO XUDIAS VERDAS CON PATACAS E CENORIAS</p> <p>VENTRESCA DE MERLUZA CON VINGRETA DE CITRICOS</p> <p>ENSALADA DE LEITUGA E MILLO</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>
<p>6</p> <p>CREMA DE CABACIÑO</p> <p>TORTILLA FRANCESA DE XAMÓN YORK ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>7</p> <p>FABAS ESTOFADAS</p> <p>FILETE DE XARDA A PRANCHA VERDURAS SALTEADAS</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	<p>8</p> <p>ARROZ CON SALSA DE TOMATE</p> <p>HAMBURGUESAS DE TENREIRA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO</p> <p>IOGUR DE SOIA E PAN BRANCO</p>	<p>9</p> <p>SALTEADO DE COLIFLOR</p> <p>POLO ASADO AO LIMÓN PATACAS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>10</p> <p>MACARRÓNS A AMTRICIANA</p> <p>FILETE DE MERLUZA O FORNO BRÓCOLI SALTEADO</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>
<p>13</p> <p>ARROZ CON SALSA DE TOMATE</p> <p>FILETE DE MERLUZA AO ALLOARRIERO CHICHAROS SALTEADOS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>14</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>TENREIRA ESTOFADA A XARDIÑEIRA PATACAS</p> <p>IOGUR DE SOIA E PAN INTEGRAL</p>	<p>15</p> <p>CODITOS A NAPOLITANA</p> <p>TORTILLA FRANCESA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>16</p> <p>XORNADA GASTONOMICA GRIEGA</p>	<p>17</p> <p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>POLO AO FORNO PISTO MANCHEGO</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>
<p>20</p> <p>LENTELLAS ESTOFADAS</p> <p>TORTILLA DE PATACAS ENSALADA DE LEITUGA</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>21</p> <p>MACARRÓNS AO ALLO</p> <p>XAMONCITOS DE POLO ASADO A TOMIÑO</p> <p>ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	<p>22</p> <p>POTAXE DE GARAVANZOS CON ESPINACAS</p> <p>XARDA EN SALSA DE TOMATE CENORIAS SALTEADAS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>23</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>LOMBO A PRANCHA PATACAS O POBRE</p> <p>IOGUR DE SOIA E PAN BRANCO</p>	<p>24</p> <p>PAELLA DE VERDURAS</p> <p>FILETE DE MERLUZA O FORNO CHAMPIÑONS SALTEADOS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>
<p>27</p> <p>MINISTRA DE VERDURAS SALTEADA</p> <p>ALBONDEGAS A XARDIÑEIRA ARROZ</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	<p>28</p> <p>FABAS ESTOFADAS</p> <p>PALOMETA A LA DONOSTIARRA ENSALADA DE LEITUGA TOMATE E MILLO</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	<p>29</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>TORTILLA FRANCESA DE ATUN ENSALADA DE LEITURGA E CENORIA</p> <p>IOGUR DE SOIA E PAN BRANCO</p>	<p>30</p> <p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>ESTOFADO DE TENREIRA PATACAS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	

MES: novembro 2023

MENÚ SEN OVO NIN FROITOS SECOS

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
30 CREMA DE PORROS FILETE PALOMETA VERDURA SALTEADA IOGUR E PAN BRANCO	31 LENTELLAS ESTOFADAS CON VERDURAS POLO AO CHILINDRÓN PATACAS FROITA E PAN INTEGRAL	1 FESTIVO	2 SOPA DE PASTA (SEN OVO) TENREIRA ESTOFADA ARROZ FROITA E PAN BRANCO	3 SALTEADO XUDIAS VERDAS CON PATACAS E CENORIAS VENTRESCA DE MERLUZA CON VINGRETA DE CÍTRICOS ENSALADA DE LEITUGA E MILLO FROITA E PAN BRANCO
6 CREMA DE CABACIÑO LOMBO A PRANCHA ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE FROITA E PAN BRANCO	7 FABAS ESTOFADAS FILETE DE XARDA A PRANCHA VERDURAS SALTEADAS FROITA E PAN INTEGRAL	8 ARROZ CON SALSA DE TOMATE HAMBURGUESAS DE TENREIRA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO IOGUR E PAN BRANCO	9 SALTEADO DE COLIFLOR POLO ASADO AO LIMÓN PARTMENTIER DE PATACA AO ROMEU FROITA E PAN BRANCO	10 PASTA (SEN OVO) A AMTRICIANA FILETE DE MERLUZA O FORNO BROCOLI SALTEADO FROITA E PAN BRANCO
13 ARROZ CON SALSA DE TOMATE MERLUZA AO FORNO CHICHAROS SALTEADOS FROITA E PAN BRANCO	14 CREMA DE VERDURAS TENREIRA ESTOFADA A XARDIÑEIRA PATACAS IOGUR E PAN INTEGRAL	15 PASTA (SEN OVO) A NAPOLITANA LOMBO A PRANCHA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO FROITA E PAN BRANCO	16 XORNADA GASTONOMICA GRIEGA	17 SOPA DE PASTA (SEN OVO) POLO AO FORNO PISTO MANCHEGO FROITA E PAN BRANCO
20 LENTELLAS A RIOXANA PAVO A PRANCHA ENSALADA DE LEITUGA E QUEIXO FROITA E PAN BRANCO	21 PASTA (SEN OVO) CARBONARA XAMONCITOS DE POLO ASADO AO TOMIÑO ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE FROITA E PAN INTEGRAL	22 GARAVANZOS ESTOFADOS CON ESPINACAS XARDA EN SALSA DE TOMATE CENORIAS SALTEADAS FROITA E PAN BRANCO	23 CREMA DE VERDURAS LOMBO A PRANCHA PATACAS O POBRE IOGUR E PAN BRANCO	24 PAELLA DE VERDURAS FILETE DE MERLUZA O FORNO CHAMPIÑONS SALTEADOS FROITA E PAN BRANCO
27 MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA ALBONDEGAS A XARDIÑEIRA ARROZ FROITA E PAN BRANCO	28 FABAS ESTOFADAS PALOMETA A LA DONOSTIARRA ENSALADA DE LEITUGA TOMATE E MILLO FROITA E PAN INTEGRAL	29 CREMA DE VERDURAS LOMBO A PRANCHA ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA IOGUR E PAN BRANCO	30 SOPA DE PASTA (SEN OVO) ESTOFADO DE TENREIRA PATACAS FROITA E PAN BRANCO	

MES: novembro 2023

MENÚ SEN OVO NIN PLV

Luns		Martes		Mércores		Xoves		Venres			
30	<p>CREMA DE PORROS</p> <p>FILETE PALOMETA VERDURA SALTEADA</p> <p>IOGUR DE SOIA E PAN BRANCO</p>	31	<p>LENTELLAS ESTOFADAS CON VERDURAS</p> <p>POLO AO CHILINDRÓN PATACAS</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	1		<p>FESTIVO</p>		2	<p>SOPA DE PASTA (SEN OVO)</p> <p>TENREIRA ESTOFADA ARROZ</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	3	<p>SALTEADO XUDIAS VERDAS CON PATACAS E CENORIAS</p> <p>VENTRESCA DE MERLUZA CON VINGRETA DE CÍTRICOS ENSALADA DE LEITUGA E MILLO</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>
6	<p>CREMA DE CABACIÑO</p> <p>LOMBO A PRANCHA ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	7	<p>FABAS ESTOFADAS</p> <p>FILETE DE XARDA A PRANCHA VERDURAS SALTEADAS</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	8	<p>ARROZ CON SALSA DE TOMATE</p> <p>HAMBURGUESAS DE TENREIRA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO</p> <p>IOGUR DE SOIA E PAN BRANCO</p>	9	<p>SALTEADO DE COLIFLOR</p> <p>POLO ASADO AO LIMÓN PATACA</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	10	<p>PASTA (SEM OVO) A AMTRICIANA</p> <p>FILETE DE MERLUZA O FORNO BROCOLI SALTEADO</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>		
13	<p>ARROZ CON SALSA DE TOMATE</p> <p>MERLUZA AO FORNO CHICHAROS SALTEADOS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	14	<p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>TENREIRA ESTOFADA A XARDIÑEIRA PATACAS</p> <p>IOGUR DE SOIA E PAN INTEGRAL</p>	15	<p>PASTA (SEN OVO) A NAPOLITANA</p> <p>LOMBO A PRANCHA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	16		<p>XORNADA GASTONOMICA GRIEGA</p>		17	<p>SOPA DE PASTA (SEN OVO)</p> <p>SALCHICHAS FRESCAS O FORNO PISTO MANCHEGO</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>
20	<p>LENTELLAS A RIOXANA</p> <p>PAVO A PLANCHA ENSALADA DE LEITUGA</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	21	<p>PASTA (SEN OVO) NAPOLITANA</p> <p>XAMONCITOS DE POLO ASADO AO TOMIÑO</p> <p>ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	22	<p>GARAVANZOS ESTOFADOS CON ESPINACAS</p> <p>XARDA EN SALSA DE TOMATE CENORIAS SALTEADAS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	23	<p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>LOMBO A PRANCHA PATACAS O POBRE</p> <p>IOGUR DE SOIA E PAN BRANCO</p>	24	<p>PAELLA DE VERDURAS</p> <p>FILETE DE MERLUZA O FORNO CHAMPIÑONS SALTEADOS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>		
27	<p>MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA</p> <p>ALBONDEGAS A XARDIÑEIRA ARROZ</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	28	<p>FABAS ESTOFADAS</p> <p>PALOMETA A LA DONOSTIARRA ENSALADA DE LEITUGA TOMATE E MILLO</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	29	<p>CREMA DE VERDURAS LOMBO A PRANCHA</p> <p>ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA</p> <p>IOGUR DE SOIA E PAN BRANCO</p>	30	<p>SOPA DE PASTA (SEN OVO)</p> <p>ESTOFADO DE TENREIRA PATACAS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>				

MES: novembro 2023

MENÚ SEN OVO

Luns		Martes		Mércores		Xoves		Venres			
30	<p>CREMA DE PORROS</p> <p>FILIETE PALOMETA VERDURA SALTEADA</p> <p>IOGUR E PAN BRANCO</p>	31	<p>LENTELLAS ESTOFADAS CON VERDURAS</p> <p>POLO AO CHILINDRÓN PATACAS</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	1		<p>FESTIVO</p>		2	<p>SOPA DE PASTA (SEN OVO)</p> <p>TENREIRA ESTOFADA ARROZ</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	3	<p>SALTEADO XUDIAS VERDAS CON PATACAS E CENORIAS</p> <p>VENTRESCA DE MERLUZA CON VINGRETA DE CÍTRICOS ENSALADA DE LEITUGA E MILLO</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>
6	<p>CREMA DE CABACIÑO</p> <p>LOMBO A PRANCHA ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	7	<p>FABAS ESTOFADAS</p> <p>FILETE DE XARDA A PRANCHA VERDURAS SALTEADAS</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	8	<p>ARROZ CON SALSA DE TOMATE</p> <p>HAMBURGUESAS DE TENREIRA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO</p> <p>IOGUR E PAN BRANCO</p>	9	<p>SALTEADO DE COLIFLOR</p> <p>POLO ASADO AO LIMÓN PARTMENTIER DE PATACA AO ROMEU</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	10	<p>PASTA (SEN OVO) A AMTRICIANA</p> <p>FILETE DE MERLUZA O FORNO BROCOLI SALTEADO</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>		
13	<p>ARROZ CON SALSA DE TOMATE</p> <p>MERLUZA AO FORNO CHICHAROS SALTEADOS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	14	<p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>TENREIRA ESTOFADA A XARDIÑEIRA PATACAS</p> <p>IOGUR E PAN INTEGRAL</p>	15	<p>PASTA (SEN OVO) A NAPOLITANA</p> <p>LOMBO DE CERDO A PRANCHA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	16		<p>XORNADA GASTONOMICA GRIEGA</p>		17	<p>SOPA DE PASTA (SEN OVO)</p> <p>SALCHICHAS FRESCAS AL HORNO PISTO MANCHEGO</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>
20	<p>LENTELLAS A RIOXANA</p> <p>PAVO A PLANCHA ENSALADA DE LEITUGA</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	21	<p>PASTA (SEN OVO) NAPOLITANA</p> <p>XAMONCITOS DE POLO ASADO AO TOMIÑO</p> <p>ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	22	<p>GARAVANZOS ESTOFADOS CON ESPINACAS</p> <p>XARDA EN SALSA DE TOMATE CENORIAS SALTEADAS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	23	<p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>LOMBO A PRANCHA PATACAS O POBRE</p> <p>IOGUR E PAN BRANCO</p>	24	<p>PAELLA DE VERDURAS</p> <p>FILETE DE MERLUZA O FORNO CHAMPIÑONS SALTEADOS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>		
27	<p>MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA</p> <p>ALBONDEGAS A XARDIÑEIRA ARROZ</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>	28	<p>FABAS ESTOFADAS</p> <p>PALOMETA A LA DONOSTIARRA ENSALADA DE LEITUGA TOMATE E MILLO</p> <p>FROITA E PAN INTEGRAL</p>	29	<p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>LOMBO A PRANCHA ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA</p> <p>IOGUR E PAN BRANCO</p>	30	<p>SOPA DE PASTA (SEN OVO)</p> <p>ESTOFADO DE TENREIRA PATACAS</p> <p>FROITA E PAN BRANCO</p>				

MES: novembro 2023

MENÚ VEXETARIANO

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
30 CREMA PARMENTIER GARAVANZOS VERDURA SALTEADA IOGUR E PAN BRANCO	31 LENTELLAS ESTOFADA CON ARROZ ENSALADA DE ARROZ FROITA E PAN INTEGRAL	1 FESTIVO	2 SOPA DE ESTRELAS CHICHAROS GUSADOS ARROZ FROITA E PAN BRANCO	3 XUDIAS VERDAS SALTEADAS CON PATACAS E CENOURAS TORTILLA FRANCESA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO FROITA E PAN BRANCO
6 CREMA DE CABACIÑO TORTILLA FRANCESA ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE FROITA E PAN INTEGRAL	7 FABAS ESTOFADAS PASTA VERDURAS SALTEADAS FROITA E PAN INTEGRAL	8 ARROZ CON SALSA DE TOMATE HAMBURGUESAS VEXETAIS ENSALADA DE LEITUGA E MILLO IOGUR E PAN BRANCO	9 SALTEADO DE COLIFLOR REVOLTO DE CABACIÑO PARTMENTIER DE PATACA AO ROMEU FROITA E PAN BRANCO	10 GARAVANZOS ESTOFADOS CON ESPINACAS PASTA BRECOL SALTEADO FROITA E PAN BRANCO
13 ARROZ CON SALSA DE TOMATE CHÍCHAROS ENCEBOLLADOS PATACAS E CENORIAS FROITA E PAN INTEGRAL	14 CREMA DE VERDURAS LENTELLAS ESTOFADAS CON VERDURAS ENSALADA DE TOMATE IOGUR E PAN BRANCO	15 CODITOS A NAPOLITANA TORTILLA FRANCESA DE QUEIXO ENSALADA DE LEITUGA E MILLO FROITA E PAN BRANCO	16 XORNADA GASTONOMICA GRIEGA	17 SOPA DE PASTA SALCHICHAS VEXETAIS PISTO MANCHEGO FROITA E PAN BRANCO
20 LENTELLAS ESTOFADAS COM VERSURAS TORTILLA DE PATACAS ENSALADA DE LEITUGA E QUEIXO FROITA E PAN BRANCO	21 ENSALADA DE LEITURGA E TOMATE PASTA SALTEADA XUDÍAS CON TOMATE FROITA E PAN INTEGRAL	22 POTAXE DE GARAVANZOS CON ESPINACAS PISTO DE VERDURAS PATACAS FROITA E PAN BRANCO	23 CREMA DE VERDURAS ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS PATACAS IOGUR E PAN BRANCO	24 PAELLA DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA CHAMPIÑONS SALTEADOS FROITA E PAN BRANCO
27 MINISTRA DE VERDURAS SALTEADA TORTILLA DE CABACIÑO ARROZ FROITA E PAN BRANCO	28 FABAS ESTOFADAS CON VERDURAS FIAMBRE VEXETAL ENSALADA DE LEITUGA TOMATE E MILLO FROITA E PAN INTEGRAL	29 CREMA DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA IOGUR E PAN BRANCO	30 SOPA DE FIDEOS LENTELLAS ESTOFADAS CON VERDURAS PATACAS FROITA E PAN INTEGRAL	

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
30 CREMA PARMENTIER FILETE DE PALOMETA VERDURA SALTEADA IOGUR E PAN BRANCO	31 LENTELLAS ESTOFADAS CON VERDURAS POLO AO CHILINDRÓN PATACAS XELATINA E PAN INTEGRAL	1 FESTIVO	2 SOPA DE ESTRELAS TENREIRA ESTOFADA ARROZ XELATINA E PAN BRANCO	3 SALTEADO XUDIAS VERDAS CON PATACAS E CENORIAS VENTRESCA DE MERLUZA O FORNO ENSALADA DE LEITUGA E MILLO XELATINA E PAN BRANCO
6 CREMA DE CABACIÑO TORTILLA FRANCESA DE XAMÓN YORK ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE XELATINA E PAN BRANCO	7 FABAS ESTOFADAS FILETE DE XARDA A PRANCHA VERDURAS SALTEADAS XELATINA E PAN INTEGRAL	8 ARROZ CON SELASA DE TOMATE HAMBURGUESAS DE TENREIRA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO IOGUR E PAN BRANCO	9 SALTEADO DE COLIFLOR POLO ASADO PARTMENTIER DE PATACA AO ROMEU XELATINA E PAN BRANCO	10 MACARRÓNS A AMTRICIANA RABAS DE LURA BROCOLI SALTEADO XELATINA E PAN BRANCO
13 ARROZ CON SALSA DE TOMATE MERLUZA AO FORNO CHICHAROS SALTEADOS XELATINA E PAN BRANCO	14 CREMA DE VERDURAS TENREIRA ESTOFADA A XARDIÑEIRA PATACAS IOGUR E PAN INTEGRAL	15 CODITOS A NAPOLITANA TORTILLA FRANCESA DE QUEIXO ENSALADA DE LEITUGA E MILLO XELATINA E PAN BRANCO	16 XORNADA GASTONOMICA GRIEGA	17 SOPA DE FIDEOS SALCHICHAS FRESCAS O HORNO PISTO MANCHEGO XELATINA E PAN BRANCO
20 LENTELLAS A RIOXANA TORTILLA DE PATACAS ENSALADA DE LEITUGA E QUEIXO XELATINA E PAN BRANCO	21 MACARRÓNS SALTEADOS XAMONCITOS DE POLO ASADO AO TOMIÑO ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE XELATINA E PAN INTEGRAL	22 GARAVANZOS ESTOFADAS CON ESPINACAS XARDA EN SALSA DE TOMATE CENORIAS SALTEADAS XELATINA E PAN BRANCO	23 CREMA DE VERDURAS LOMBO A PRANCHA PATACAS O POBRE IOGUR E PAN BRANCO	24 PAELLA DE VERDURAS MERLUZA O FORNO CHAMPIÑONS SALTEADOS XELATINA E PAN BRANCO
27 MINISTRA DE VERDURAS SALTEADA ALBONDEGAS A XARDIÑEIRA CON ARROZ XELATINA E PAN BRANCO	28 FABAS ESTOFADAS PALOMETA A LA DONOSTIARRA ENSALADA DE LEITUGA TOMATE E MILLO XELATINA E PAN INTEGRAL	29 CREMA DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA DE ATÚN ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA IOGUR E PAN BRANCO	30 SOPA DE FIDEOS ESTOFADO DE TENREIRA PATACAS XELATINA E PAN BRANCO	

MES: novembro 2023

MENÚ SEN FROITOS SECOS

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
30 CREMA PARMENTIER FILETE DE PALOMETA VERDURA SALTEADA IOGUR E PAN BRANCO	31 LENTELLAS ESTOFADAS CON VERDURAS POLO AO CHILINDRÓN PATACAS FROITA E PAN INTEGRAL	1 FESTIVO	2 SOPA DE ESTRELAS TENREIRA ESTOFADA ARROZ FROITA E PAN BRANCO	3 SALTEADO XUDIAS VERDES CON PATACAS E CENORIAS VENTRESCA DE MERLUZA CON VINAGRETA DE CÍTRICOS ENSALADA DE LEITURGA E MILLO FROITA E PAN BRANCO
6 CREMA DE CABACIÑO TORTILLA FRANCESA DE XAMÓN YORK ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE FROITA E PAN BRANCO	7 FABAS ESTOFADAS FILETE DE XARDA A PRANCHA VERDURAS SALTEADAS FROITA E PAN INTEGRAL	8 ARROZ CON SELASA DE TOMATE HAMBURGUESAS DE TENREIRA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO IOGUR E PAN BRANCO	9 SALTEADO DE COLIFLOR POLO ASADO AO LIMÓN PARTMENTIER DE PATACA AO ROMEU FROITA E PAN BRANCO	10 MACARRÓNS SALTEADOS O ALLO RABAS DE LURA BROCOLI SALTEADO FROITA E PAN BRANCO
13 ARROZ CON SALASA DE TOMATE MERLUZA AO ALLOARRIERO CHICHAROS SALTEADOS FROITA E PAN BRANCO	14 CREMA DE VERDURAS TENREIRA ESTOFADA A XARDIÑEIRA PATACAS IOGUR E PAN INTEGRAL	15 CODITOS SALTEADOS TORTILLA FRANCESA DE QUEIXO ENSALADA DE LEITUGA E MILLO FROITA E PAN BRANCO	16 XORNADA GASTONOMICA GRIEGA	17 SOPA DE FIDEOS SALCHICHAS FRESCAS O HORNO PISTO MANCHEGO FROITA E PAN BRANCO
20 LENTELLAS A RIOXANA TORTILLA DE PATACAS ENSALADA DE LEITUGA E QUEIXO FROITA E PAN BRANCO	21 MACARRÓNS SALTEADOS XAMONCITOS DE POLO ASADO AO TOMIÑO ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE FROITA E PAN INTEGRAL	22 GARAVANZOS ESTOFADOS CON ESPINACAS XARDA EN SALSA DE TOMATE CENORIAS SALTEADAS FROITA E PAN BRANCO	23 CREMA DE VERDURAS LOMBO A PRANCHA PATACAS O POBRE IOGUR E PAN BRANCO	24 PAELLA DE VERDURAS MERLUZA O FORNO CHAMPIÑONS SALTEADOS FROITA E PAN BRANCO
27 MINISTRA DE VERDURAS SALTEADA ALBONDEGAS A XARDIÑEIRA CON ARROZ FROITA E PAN BRANCO	28 FABAS ESTOFADAS PALOMETA A LA DONOSTIARRA ENSALADA DE LEITUGA TOMATE E MILLO FROITA E PAN INTEGRAL	29 CREMA DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA DE ATÚN ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA IOGUR E PAN BRANCO	30 SOPA DE FIDEOS ESTOFADO DE TENREIRA PATACAS FROITA E PAN BRANCO	