

Lunes - Luns

1



**Festivo
Festivo**

8

Arroz con Verduras
Arroz con Verduras
Filete de Lirio al Horno
Filete de Lirio ao Forno
Patata Cocida
Patata Cocida
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

15

Crema de Verduras ECO
Crema de Verduras ECO
Albóndigas de Ternera en Salsa
Albóndegas de Tenreira en Salsa
Patatas en Guiso
Patatas en Guiso
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

22

Caldo Gallego
Caldo Galego

Raxo con Arroz
Raxo con Arroz

Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

29

Verduras y Garbanzos
Verduras e Garavanzos
Estofado de Magro a la Jardinera
Estofado de Magro de Porco á Xardineira

Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

Martes - Martes

2

Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO

Merluza a la Gallega
Pescada á Galega
Guisantes y Patata
Chícharos e Pataca
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

9

Judías Verdes con Jamón
Xudías Verdes con Xamón
Tortilla de Patata
Tortilla de Pataca
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

16

Patatas Estofadas con Verduras
Patacas Estofadas con Verduras
Huevo Duro con Judías Verdes y Caballa
Ovo Duro con Xudías Verdes e Caballa

Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

23

Ensalada de Pasta S/Gluten S/Huevo
Ensalada de Pasta S/Glute S/Ovo

Estofado de Pavo a la Jardinera
Estofado de Pavo á Xardineira

Natillas de Chocolate y Pan S/Gluten
Cremas de Chocolate e Pan sen glute

30

Brócoli Rehogado
Brócoli Rehogado
Arroz Marinero
Arroz Mariñeiro

Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

Miercoles - Mércores

3

Arroz INTEGRAL Tres Delicias (Zanahoria, Guisantes y Huevo)
Arroz INTEGRAL Tres Delicias (Cenoria, Chícharos e Ovo)
Estofado de Cerdo con Verduras
Estofado de Porco con Verduras

10

Yogur y Pan S/Gluten
logur e pan sen glute
Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
Pasta S/Gluten S/Huevo con Atún
Pasta S/Glute S/Ovo con Atún

17

Pasta S/Gluten S/Huevo al Gratén
Pasta S/Glute S/Ovo ao Gratén
Pollo Guisado
Pito Guisado
Panaché de Verduras
Panaché de Verduras
Yogur y Pan S/Gluten
logur e pan sen glute

24

Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO

Tortilla Francesa con Queso
Tortilla Francesa de Queixo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Yogur y Pan S/Gluten
logur e pan sen glute

Jueves - Xoves

4

Sopa de Verduras
Sopa de Fideos Vexetal

11

Merluza Enharinada (Maizena)
Pescada con Fariña de Millo
Calabacín Asado
Cabaciña Asada
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute
Garbanzos Estofados
Garavanzos Estofados
Arroz INTEGRAL con Pollo y Zanahorias
Arroz INTEGRAL con pito e cenoria

18

Potaje de Alubias
Potaxe de Fabas
Cinta de Lomo Adobada
Cinta de Lombo Adobado
Patata Horno
Patata Asada
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

25

Arroz Primavera
Arroz Primavera

Merluza en Salsa Verde con Guisantes
Pescada en Salsa Verde Chícharos

Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

Viernes - Venres

5

Alubias Blancas Estofadas con Verduras
Fabas brancas Estofadas con Verduras

12

Pollo al Ajillo
Pito ao Allo
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute
Sopa de Fideos S/Gluten S/Huevo
Sopa de Fideos S/Glute S/Ovo
Lacón a la Gallega con Patatas
Lacón á Galega con Patacas

19

Arroz con Tomate
Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Pescada ao Forno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

26

Ensalada de Judías Verdes y Alubias con Atún
Ensalada de Xudías Verdes e Fabas con Atún
Pollo Asado
Pito Asado
Patata Cocida
Patata Cocida
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

Lunes - Luns

1



**Festivo
Festivo**

8

Lentejas Estofadas con Verduras
Lentellas Estofadas con Verduras
Filete de Lirio al Horno
Filete de Lirio ao Forno
Patata Cocida
Pataca Cocida
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

15

Crema de Verduras ECO
Crema de Verduras ECO
Cous Cous con Verduras y Garbanzos
Cous Cous con Verduras e Garavanzos

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

22

Caldo Gallego Vegetal (sin Tocino)
Caldo Galego (sen Touciño)

Medallón de Bacalao al Horno
Medallón de Bacallau ao Forno
Arroz Pilaf
Arroz Pilaf
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

29

Verduras Asadas
Verduras Asadas
Cous Cous con Verduras y Garbanzos
Cous Cous con Verduras e Garavanzos

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Martes - Martes

2

Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO

Merluza a la Gallega
Pescada á Galega
Guisantes y Patata
Chícharos e Pataca
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

9

Judías Verdes Rehogadas con Ajo
Xudías Verdes Rehogadas con Allo
Tortilla de Patata
Tortilla de Pataca
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

16

Lentejas Estofadas con Verduras
Lentellas Estofadas con Verduras
Huevo Duro con Judías Verdes y Caballa
Ovo Duro con Xudías Verdes e Caballa

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

23

Champiñones Rehogados
Champiñóns Rehogados

Ensalada de Pasta INTEGRAL con Caballa
Ensalada de Pasta INTEGRAL

Natillas de Chocolate y Pan
Cremas de Chocolate e Pan

30

Lentejas con Verduras
Lentellas con Verduras
Arroz Marinero
Arroz Mariñeiro

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Miercoles - Mércores

3

Arroz INTEGRAL Tres Delicias (Zanahoria, Guisantes y Huevo)
Arroz INTEGRAL Tres Delicias (Cenoria, Chícharos e Ovo)
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Yogur y Pan
Iogur e Pan

10

Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
Espaguetis con Atún
Espaguetis con Atún

Yogur y Pan
Iogur e Pan

17

Panaché de Verduras
Panaché de Verduras
Macarrones INTEGRALES Gratinaos
Macarrones INTEGRAIS Gratinaos
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Yogur y Pan
Iogur e Pan

24

Lentejas ECO Estofadas
Lentellas ECO Estofadas

Tortilla Francesa con Queso
Tortilla Francesa de Queixo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Yogur y Pan
Iogur e Pan

Jueves - Xoves

4

Sopa de Verduras
Sopa de Fideos Vexetal

Boquerones a la Andaluza
Boquerones á Andaluza
Calabacín Asado
Cabaciña Asada
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

11

Garbanzos Estofados
Garavanzos Estofados
Arroz INTEGRAL con Zanahoria
Arroz INTEGRAL e Cenoria

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

18

Potaje de Alubias
Potaxe de Fabas
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Patata Horno
Pataca Asada
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

25

Arroz Primavera
Arroz Primavera

Merluza en Salsa Verde con Guisantes
Pescada en Salsa Verde Chícharos

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Viernes - Venres

5

Alubias Blancas Estofadas con Verduras
Fabas brancas Estofadas con Verduras

Tortilla de Patata
Tortilla de Pataca
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

12

Sopa de Fideos Vegetal
Sopa de Fideos Vexetal
Merluza a la Gallega
Pescada á Galega
Patata Cocida
Pataca Cocida
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

19

Arroz con Tomate
Arroz con Tomate
Merluza al Horno
Pescada ao Forno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

26

Ensalada de Judías Verdes y Alubias con Atún
Ensalada de Xudías Verdes e Fabas con Atún
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Patata Cocida
Pataca Cocida
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan