

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

1

Alubias Blancas Estofadas con Chorizo  
Xudías Pintas Estofadas con Verduras  
Merluza al Horno  
Pescada ao Forno  
Patata Asada  
Pataca Asada  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

8

Arroz con Verduras  
Arroz con Verduras  
Filete de Lirio en Salsa  
Filete de Lirio en Salsa  
Patatas Panadera  
Patacas Panadeira  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

15

Paella de Verduras y Marisco  
Paella de Verduras e Marisco  
Tortilla Francesa  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Ensalada de Leituga e Cenoria  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

22

Sopa de Cocido Gallego (Fideos S/Gluten S/  
Huevo)  
Sopa de Cocido Galego (Fideos S/Glute  
S/Ovo)  
Repollo, Garbanzos, Chorizo, Pollo y Patata  
Repolo, Garavanzos, Chourizo, Pito e  
Pataca

29



**Festivo  
Festivo**

7

Salteado de Verduras (Zanahoria, Brócoli,  
Puerro)  
Salteado de Verduras  
Pavo Asado  
Pavo ao Forno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Ensalada de Leituga e Millo  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

14

Pasta S/Gluten S/Huevo al Gratén con  
Atún  
Pasta S/Glute S/Ovo ao Gratén con Atún  
Pollo al Ajillo  
Pito ao Allo  
Zanahorias Baby  
Cenorias Baby  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

21

Potaje de Alubias y Garbanzos  
Potaxe de Fabas e Garvanzos

28



**Festivo  
Festivo**

6

Crema de Calabacín ECO  
Crema de Cabaciña ECO  
Pollo en Pepitoria con Patatas en Guiso  
Pito en Salsa

13

Crema de Calabaza ECO  
Crema de Cabaza ECO  
Filete Ruso  
Filete Ruso  
Patatas Dado  
Patacas Dado  
Yogur y Pan S/Gluten  
logur e pan sen glute

20

Coliflor Ajoarriero  
Coliflor Ajoarriero

27



**Festivo  
Festivo**

5

Potaje de Garbanzos  
Potaxe de Garavanzos  
Cinta de Lomo Adobada  
Cinta de Lombo Adobado  
Zanahoria y Calabacín Salteados  
Cenoria e Cabaciña Salteados  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

12

Caldo Gallego  
Caldo Galego  
Bacaladilla al Horno  
Bacaladilla ao Forno  
Jardinera de Verduras  
Xardineira de Verduras  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

19

Pasta S/Gluten S/Huevo Napolitana  
Pasta S/Glute S/Ovo Napolitana

26



**Festivo  
Festivo**

4

Pasta S/Gluten S/Huevo con Tomate  
Pasta S/Glute S/Ovo con Tomate  
Tortilla Francesa de Atún  
Tortilla Francesa de Atún  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Ensalada de Leituga e Tomate  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

11

Garbanzos Estofados con Verduras  
Garvanzos Estofados con Verduras  
Ragout de Pavo  
Ragout de Pavo  
Arroz INTEGRAL Salteado  
Arroz INTEGRAL Salteado  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

18

Crema de Verduras ECO  
Crema de Verduras ECO

25



**Festivo  
Festivo**

Lomo de Jurel al Horno  
Lombo de Xurelo ao Forno

Ensalada de Lechuga y Maíz  
Ensalada de Leituga e Millo  
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten  
Froita de Tempada e pan sen glute

Magro de Cerdo con Tomate  
Magro de Porco con Tomate

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

Arroz con Bacalao  
Arroz con Bacallau

Yogur y Pan S/Gluten  
logur e pan sen glute

mediterránea

PAN Y LÁCTEOS SIN GLUTEN  
FRUTA VARIADA y de TEMPORADA.

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

1

Alubias Blancas Estofadas con Verduras  
Fabas brancas Estofadas con Verduras  
Merluza al Horno  
Pescada ao Forno  
Patata Asada  
Pataca Asada  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan

8

Lentejas Estofadas  
Lentellas Estofadas  
Filete de Lirio en Salsa  
Filete de Lirio en Salsa  
Patatas Panadera  
Patacas Panadeira  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan

15

Paella de Verduras y Marisco  
Paella de Verduras e Marisco  
Tortilla Francesa  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Ensalada de Leituga e Cenoria  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan

22

Sopa Vegetal  
Sopa de Fideos Vexetal  
Repollo, Garbanzos y Patata  
Repolo, Garavanzos e Pataca  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan

29



**Festivo**  
**Festivo**

7

Salteado de Verduras (Zanahoria, Brócoli, Puerro)  
Salteado de Verduras  
Tortilla Francesa  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Ensalada de Leituga e Millo  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan

14

Coditos al Gratén con Atún  
Coditos ao Gratén con Atún  
Merluza al Horno  
Pescada ao Forno  
Zanahorias Baby  
Cenorias Baby  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan

21

Potaje de Alubias y Garbanzos (Sin Chorizo)  
Potaxe de Fabas e Garvanzos sen Chourizo  
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

28



**Festivo**  
**Festivo**

6

Crema de Calabacín ECO  
Crema de Cabaciña ECO  
Menestra de Verduras  
Minestra de Verduras  
Patata Horno  
Pataca Asada  
Yogur y Pan  
Iogur e Pan

13

Crema de Calabaza ECO  
Crema de Cabaza ECO  
Tortilla Francesa de Calabacín  
Tortilla Francesa de Cabaciña  
Patatas Dado  
Patacas Dado  
Yogur y Pan  
Iogur e Pan

20

Coliflor Ajoarriero  
Coliflor Ajoarriero  
Arroz con Bacalao  
Arroz con Bacallau  
Yogur y Pan  
Iogur e Pan

27



**Festivo**  
**Festivo**

5

Potaje de Garbanzos  
Potaxe de Garavanzos  
Merluza en Ajada  
Pescada en con Allo e Pemento  
Zanahoria y Calabacín Salteados  
Cenoria e Cabaciña Salteados  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan

12

Caldo Gallego Vegetal (sin Tocino)  
Caldo Galego (sen Touciño)  
Bacaladilla al Horno  
Bacaladilla ao Forno  
Jardinera de Verduras  
Xardineira de Verduras  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan

19

Macarrones INTEGRALES Napolitana  
Macarrones INTEGRAIS Napolitana  
Tortilla Francesa  
Tortilla Francesa  
Guisantes Salteados  
Chícharos Salteados  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan

26



**Festivo**  
**Festivo**

4

Macarrones INTEGRALES con Tomate  
Macarrones INTEGRAIS con Tomate  
Tortilla Francesa de Atún  
Tortilla Francesa de Atún  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Ensalada de Leituga e Tomate  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan

11

Garbanzos Estofados con Verduras  
Garvanzos Estofados con Verduras  
Arroz con Verduras  
Arroz con Verduras  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan

18

Crema de Verduras ECO  
Crema de Verduras ECO  
Boquerones a la Andaluza  
Boquerones á Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Ensalada de Leituga e Millo  
Fruta de Temporada y Pan  
Froita de Tempada e Pan

25



**Festivo**  
**Festivo**