



O Nadal chega á mesa

Ademais dos agasallos, O Nadal é a comida familiar máis tradicional.

As celebracións no Nadal teñen un forte compoñente gastronómico, son momentos de reunión ao redor da mesa, ante deliciosas comidas caseiras, que non adoitan repetirse ao longo do ano.

Non pode faltar o cocido, pito asado, barquillos, turróns, veu e cava.

Despois de Nadal, é hora de esperar que veñan os reis e espertar coa ilusión que chegarán os agasallos que pedimos na carta.

Bo nadal e bo proveito!

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
			1 Chícharos con xamón Canelones de atún e verduras Froita do tempo	2 Xudías verdes con xamón Bacallau guisado con patacas e chícharos Froita do tempo
5 Crema de verduras (cenoria e allo porro) Milanesa de pito con patacas, pementos e tomate Froita do tempo	6 FESTIVO	7 Pisto de verduras Pescado con patacas e tomate ao forno Froita do tempo	8 FESTIVO	9 Crema de verduras Fideuá de pito con verduras Froita do tempo
12 Crema de verduras (cabaciña e cabaza) Lombo de porco ao forno con arroz e pementos Froita do tempo	13 (* Arroz con verduras Tortilla paisana con ensalada Froita do tempo	14 Caldo de repolo (repolo, pataca, fabas e caldo de pito) Filete de pescada á romana con patacas cocidas e ensalada de tomate logur natural	15 Tosta de sardinas con tomate Grelos con ovos cocidos, patacas e chourizo Froita do tempo	16 Sopa de peixe e estrelas Ovos escalfados con pisto Froita do tempo
19 Brócoli con patacas en ajada Pito asado con puré de patacas Froita do tempo	20 Minestra de verduras con ovo cocido Coello ao forno con arroz e verduras logur natural	21 Coliflor con allada Pescada en salsa verde con patacas cocidas Froita do tempo	22 MENÚ FESTIVO	

SEN LENTEILLAS

Bo Nadal e próspero aninovo

Menús elaborados polo equipo de nutrición e dietética de Endermar
Temos á súa disposición a listaxe de ingredientes e alérxenos de cada prato

Cociñárase a dieta a parte en caso de prescripción médica, crenza relixiosa e/ou aspectos culturais ou éticos

