

CEE MANUEL LÓPEZ NAVALÓN

# OUTUBRO

## MENÚ



SEMANA 1

**LUNS 9**

LENTELLAS CON ARROZ E VERDURAS.  
FILETE DE TENREIRA Á PRANCHA, ENSALADA VERDE  
.LARANXA

SEMANA 2

**LUNS 16**

CREMA DE VERDURAS  
CHULETA DE PORCO AO FORNO CON GORNICIÓN DE VERDURAS E ARROZ BRANCO  
PERAS

SEMANA 3

**LUNS 23**

SOPA DE VERDURAS E ARROZ.  
ALBONDEGAS A XARDIÑEIRA CON PATACA ASADA  
PIÑA

SEMANA 4

**LUNS 30**

MINISTRA DE VERDURAS CON OVO  
POLO AO ALLO GORNICIÓN DE PATACA GRATINADA  
YOGHOURT NATURAL BIO

**MARTES 10**

CREMA DE CENOURAS  
LIRIO REBOUZADO E BERENXENA RECHEA DE ARROZ  
MAZÁ

**MARTES 17**

CREMA DE BRÓCOLI E GARAVANZOS.  
PASTA INTEGRAL Á MEDITERRANEA, CON TIRAS DE TENREIRA E VERDURAS.  
COMPOTA DE FROITAS

**MARTES 24**

PASTA INTEGRAL CON BACALLAO.  
POLO CON CHAMPIÑONS  
MANDARINAS

**MARTES 31**

PASTA INTEGRAL CON ACEITE DE OLIVA E OUREGO.  
PARRILLADA DE PEIXE CON GORNICIÓN DE PEMENTOS ASADOS CON TOMATES.  
MAZÁ

**MÉRCORES 11**

PAELLA MIXTA  
POLO AO FORNO E GORNICIÓN DE CHICHAROS PEMENTOS E CHAMPIÑONS  
IOGUR NATURAL BIO

**MÉRCORES 18**

SOPA DE VERDURAS E ARROZ.  
POLBO Á GALEGA CON CACHELOS  
PIÑA NATURAL

**MÉRCORES 25**

LENTELLAS CON VERDURAS  
HAMBURGUESA Á PRANCHA CON ENSALADA DE TOMATE  
IOGURT NATURAL

**MÉRCORES 1**

FESTIVIDADE

TODOS SANTOS

**XOVES 12**

FESTIVO

DÍA DO PILAR

**XOVES 19**

WOK DE VERDURAS E LAGOSTINOS.  
TORTILLA DE PATACAS  
CON GORNICIÓN DE CHAMPIÑONS E ENSALADA DE TOMATES E LEITUGA  
IOGOURT NATURAL BIO.

**XOVE 26**

COLES DE BRUSELAS SALTEADAS.  
PESCADA Á ROMANA CON PURÉ DE PATACA  
LARANXA

**XOVES 2**

POTAXE DE FABAS CON VERDURAS.  
TROITA AO FORNO BROCOLI EN ALLADA CON PATACA COCIDA  
PLÁTANO CON CREMA DE FROITOS SECOS

**VENRES 13**

SOPA DE FIDEOS  
POLO CON PEMENTOS E TOMATE CON PATATAS AO FORNO  
IOGOURT CON KIWI

**VENRES 20**

ESPINACAS GRATINADAS.  
PESCADA AO PIRIXEL CON GORNICIÓN DE ARROZ BRANCO.  
PERA

**VENRES 27**

GUISANTES SALTEADOS CON CENOURAS.  
LOMBO DE PORCO Á PRANCHA CON GORNICIÓN DE ARROZ BRANCO  
PERA

**VENRES 3**

PAELLA DE POLO  
FILETE RUSO CON VERDURAS ASADAS  
LARANXAS

