

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

5 Coliflor en Ajada
Coliflor en Ajada
Estofado de Pavo
Estofado de Pavo

Puré de Patata
Puré de Patata
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

12



Festivo
Festivo

19 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido
Sopa de Picado con Ovo Cocido
Lacón a la Gallega con Patatas
Lacón á Galega con Patacas

Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

26

Crema de Calabaza ECO
Crema de Cabaza ECO
Tortilla de Patata
Tortilla de Patata
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

6 Lentejas con Verduras
Lentellas con Verduras
Arroz con Calamares
Arroz con Luras

Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

13



Festivo
Festivo

20 Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO
Tortilla Francesa de Atún
Tortilla Francesa de Atún

Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

27

Guisantes Salteados
Chícharos Salteados
Espaguetis INTEGRALES Boloñesa
Espaguetis INTEGRAIS Boloñesa

Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

7 Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
Pavo Asado
Pavo ao Forno

Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
Yogur
logur

14



Festivo
Festivo

21 Caldo Gallego
Caldo Galego
Paella de Magro y Verduras
Paella de Magro e Verduras

Yogur
logur

28

Arroz Campesina
Arroz Campesiña
Lomo de Jurel al Horno
Lombo de Xurelo ao Forno
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Yogur
logur

1 Arroz INTEGRAL con Tomate Casero
Arroz INTEGRAL con Tomate Caseiro
Boquerones a la Andaluza
Boquerones á Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maiz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

8 Macarrones INTEGRALES con Tomate
Macarrones INTEGRAIS con Tomate
Merluza en Salsa Verde con Guisantes
Pescada en Salsa Verde Chícharos

15

Fruta de Temporada
Fruta de Temporada
Potaje de Alubias
Potaxe de Fabas
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

22 Brócoli en Ajada
Brócoli con allo
Escalope de Merluza
Escalope de Pescada

Ensalada de Lechuga y Maiz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

29

Sopa de Fideos
Sopa de Fideos
Secreto de Cerdo Asado
Secreto de Porco ao Forno
Patatas Panadera
Patacas Panadeira
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

2 Sopa de Cocido Gallego
Sopa de Cocido Galego
Cocido Gallego
Cocido Galego Completo

9 Sopa de Garbanzos y Ave
Sopa de Garavanzos e Ave
Huevo Duro con Judías Verdes, Patatas y Chorizo
Ovo Duro con Xudías Verdes, Patacas e Chourizo

16

Fruta de Temporada
Fruta de Temporada
Sopa Minestrone
Sopa Minestrone
Pollo Asado
Pito Asado
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

23 Crema de Lentejas
Crema de Lentellas
Macarrones INTEGRALES con Pollo y Verduras
Espaguetis Integrales con Pito e Verduras

Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

5 Coliflor en Ajada
Coliflor en Ajada
Estofado de Pavo
Estofado de Pavo

6 Lentejas con Verduras
Lentellas con Verduras
Arroz con Calamares
Arroz con Luras

7 Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
Rotti de Pavo al Horno
Rotti de Pavo ao Forno

1 Arroz INTEGRAL con Tomate Casero
Arroz INTEGRAL con Tomate Caseiro
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

2 Sopa de Cocido Gallego
Sopa de Cocido Galego
Cocido Gallego
Cocido Galego Completo

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Puré de Patata
Puré de Patata
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
Yogur y Pan
logur e Pan

8 Macarrones INTEGRALES con Tomate
Macarrones INTEGRAIS con Tomate
Merluza en Salsa Verde con Guisantes
Pescada en Salsa Verde Chicharos

9 Sopa de Garbanzos y Ave
Sopa de Garavanzos e Ave
Huevo Duro con Judías Verdes, Patatas y Chorizo
Ovo Duro con Xudías Verdes, Patacas e Chourizo

12 
Festivo
Festivo

13 
Festivo
Festivo

14 
Festivo
Festivo

15 Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Potaje de Alubias
Potaxe de Fabas
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

16 Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Sopa Minestrone
Sopa Minestrone
Pollo Asado
Pito Asado
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

19 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido
Sopa de Picado con Ovo Cocido
Lacón a la Gallega con Patatas
Lacón á Galega con Patacas

20 Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO
Tortilla Francesa de Atún
Tortilla Francesa de Atún

21 Caldo Gallego
Caldo Galego
Paella de Magro y Verduras
Paella de Magro e Verduras

22 Brócoli en Ajada
Brócoli con allo
Escalope de Merluza
Escalope de Pescada

23 Crema de Lentejas
Crema de Lentellas
Macarrones INTEGRALES con Pollo y Verduras
Espaguetis Integrales con Pito e Verduras

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

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

Yogur y Pan
logur e Pan

Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

26 Crema de Calabaza ECO
Crema de Cabaza ECO
Tortilla de Patata
Tortilla de Patata
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

27 Guisantes Salteados
Chicharos Salteados
Espaguetis INTEGRALES Boloñesa
Espaguetis INTEGRAIS Boloñesa

28 Arroz Campesina
Arroz Campesiña
Lomo de Jurel al Horno
Lombo de Xurelo ao Forno
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Yogur y Pan
logur e Pan

29 Sopa de Fideos
Sopa de Fideos
Secreto de Cerdo Asado
Secreto de Porco ao Forno
Patatas Panadera
Patacas Panadeira
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan



FRUTA VARIADA y de TEMPORADA. (NO ARÁNDANOS NI UVAS)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS 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

5 Coliflor en Ajada
Coliflor en Ajada

Estofado de Pavo
Estofado de Pavo

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

12



**Festivo
Festivo**

19 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido (Fideos S/Gluten)
Sopa de Picado con Ovo Cocido (Fideos S/Glute)
Lacón a la Gallega con Patatas
Lacón á Galega con Patacas

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

26 Crema de Calabaza ECO
Crema de Cabaza ECO
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

6 Salteado de Verduras (Zanahoria, Brócoli, Puerro)
Salteado de Verduras
Arroz con Calamares
Arroz con Luras

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

13



**Festivo
Festivo**

20 Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO

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

27 Guisantes Salteados
Chícharos Salteados
Pasta S/Gluten S/Huevo Boloñesa de Pollo
Pasta S/Glute S/Ovo Boloñesa de Pito

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

7 Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO

Pavo Asado
Pavo ao Forno

Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
Yogur y Pan S/Gluten
logur e pan sen glute

14



**Festivo
Festivo**

21 Caldo Gallego
Caldo Galego

Paella de Magro y Verduras
Paella de Magro e Verduras

28 Yogur y Pan S/Gluten
logur e pan sen glute

Arroz Campesina
Arroz Campesiña
Lomo de Jurel al Horno
Lombo de Xurelo ao Forno
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Yogur y Pan S/Gluten
logur e pan sen glute

1 Arroz INTEGRAL con Tomate Casero
Arroz INTEGRAL con Tomate Caseiro

Merluza a la Andaluza
Pescada á Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo

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

Pasta S/Gluten S/Huevo con Tomate
Pasta S/Glute S/Ovo con Tomate

Merluza en Salsa Verde con Guisantes
Pescada en Salsa Verde Chícharos

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

Potaje de Alubias
Potaxe de Fabas

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 Brócoli en Ajada
Brócoli con allo

Merluza a la Andaluza
Pescada á Andaluza

29 Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo

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

Secreto de Cerdo Asado
Secreto de Porco ao Forno
Patatas Panadera
Patacas Panadeira
Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

2 Sopa de Cocido Gallego (Fideos S/Gluten S/Huevo)
Sopa de Cocido Galego (Fideos S/Glute S/Ovo)

Cocido Gallego
Cocido Galego Completo

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

Sopa de Garbanzos y Ave
Sopa de Garavanzos e Ave

Huevo Duro con Judías Verdes, Patatas y Chorizo
Ovo Duro con Xudías Verdes, Patacas e Chourizo

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

Sopa Minestrone (Fideos S/Gluten S/Huevo)
Sopa Minestrone (Fideos S/Glute S/Ovo)

Pollo Asado
Pito Asado
Verduras Asadas
Verduras Asadas

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

23 Crema de Verduras
Crema de Verduras ECO

Pasta S/Gluten S/Huevo con Pollo y Verduras
Pasta S/Glute S/Ovo con Pito e Verduras

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

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

5 Coliflor en Ajada
Coliflor en Ajada
Estofado de Pavo
Estofado de Pavo

6 Lentejas con Verduras
Lentellas con Verduras
Arroz con Calamares
Arroz con Luras

7 Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
Pavo Asado
Pavo ao Forno

1 Arroz INTEGRAL con Tomate Casero
Arroz INTEGRAL con Tomate Caseiro
Boquerones a la Andaluza
Boquerones á Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maiz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

2 Sopa de Cocido Gallego (sin Chorizo)
Sopa de Cocido Galego (sen Chourizo)
Cocido Gallego (Sin Chorizo)
Cocido Galego Completo (sen Chourizo)

Fruta de Temporada
Froita de Tempada

Puré de Patata
Puré de Pataca
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

Fruta de Temporada
Froita de Tempada

Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
Yogur de Soja
iogur de soia

8 Macarrones INTEGRALES con Tomate
Macarrones INTEGRAIS con Tomate
Merluza en Salsa Verde con Guisantes
Pescada en Salsa Verde Chicharos

9 Sopa de Garbanzos y Ave
Sopa de Garavanzos e Ave
Huevo Duro con Judías Verdes y Patatas (sin Chorizo)
Ovo Duro con Xudías Verdes e Patacas (sen Chourizo)

12



Festivo
Festivo

13



Festivo
Festivo

14



Festivo
Festivo

15

Fruta de Temporada
Froita de Tempada
Potaje de Alubias
Potaxe de Fabas
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

16

Fruta de Temporada
Froita de Tempada
Sopa Minestrone
Sopa Minestrone
Pollo Asado
Pito Asado
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

19 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido
Sopa de Picado con Ovo Cocido
Cinta de Lomo al Horno
Cinta de Lombo ao Forno

20 Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO
Tortilla Francesa de Atún
Tortilla Francesa de Atún

21 Caldo Gallego
Caldo Galego
Paella de Magro y Verduras
Paella de Magro e Verduras

22 Brócoli en Ajada
Brócoli con allo
Escalope de Merluza
Escalope de Pescada

23 Crema de Lentejas
Crema de Lentellas
Macarrones INTEGRALES con Pollo y Verduras
Espaguetis Integrales con Pito e Verduras

Patata Cocida
Pataca Cocida
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

Yogur de Soja
iogur de soia

Ensalada de Lechuga y Maiz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

26 Crema de Calabaza ECO
Crema de Cabaza ECO
Tortilla de Patata
Tortilla de Pataca
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

27 Guisantes Salteados
Chicharos Salteados
Espaguetis INTEGRALES Boloñesa
Espaguetis INTEGRAIS Boloñesa

28 Arroz Campesina
Arroz Campesiña
Lomo de Jurel al Horno
Lombo de Xurelo ao Forno
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Yogur de Soja
iogur de soia

29 Sopa de Fideos
Sopa de Fideos
Secreto de Cerdo Asado
Secreto de Porco ao Forno
Patatas Panadera
Patacas Panadeira
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

Fruta de Temporada
Froita de Tempada

Fruta de Temporada
Froita de Tempada

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

5 Coliflor en Ajada
Coliflor en Ajada
Estofado de Pavo
Estofado de Pavo

Puré de Patata
Puré de Patata
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

12



Festivo
Festivo

19 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido
Sopa de Picado con Ovo Cocido
Cinta de Lomo al Horno
Cinta de Lombo ao Forno

Patata Cocida
Pataca Cocida
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

26

Crema de Calabaza ECO
Crema de Cabaza ECO
Tortilla de Patata
Tortilla de Pataca
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

6 Lentejas con Verduras
Lentellas con Verduras
Arroz con Calamares
Arroz con Luras

Fruta de Temporada
Froita de Tempada

13



Festivo
Festivo

20 Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO
Tortilla Francesa de Atún
Tortilla Francesa de Atún

Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

27

Guisantes Salteados
Chícharos Salteados
Espaguetis INTEGRALES Boloñesa
Espaguetis INTEGRAIS Boloñesa

Fruta de Temporada
Froita de Tempada

7 Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
Pavo Asado
Pavo ao Forno

Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
Yogur de Soja
iogur de soia

14



Festivo
Festivo

21 Caldo Gallego
Caldo Galego
Paella de Magro y Verduras
Paella de Magro e Verduras

Yogur de Soja
iogur de soia

28

Arroz Campesina
Arroz Campesiña
Lomo de Jurel al Horno
Lombo de Xurelo ao Forno
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Yogur de Soja
iogur de soia

1 Arroz INTEGRAL con Tomate Casero
Arroz INTEGRAL con Tomate Caseiro
Boquerones a la Andaluza
Boquerones á Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maiz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

8 Macarrones INTEGRALES con Tomate
Macarrones INTEGRAIS con Tomate
Merluza en Salsa Verde con Guisantes
Pescada en Salsa Verde Chícharos

15

Fruta de Temporada
Froita de Tempada
Potaje de Alubias
Potaxe de Fabas
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

22 Brócoli en Ajada
Brócoli con allo
Escalope de Merluza
Escalope de Pescada

Ensalada de Lechuga y Maiz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

29

Sopa de Fideos
Sopa de Fideos
Secreto de Cerdo Asado
Secreto de Porco ao Forno
Patatas Panadera
Patacas Panadeira
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

2 Sopa de Cocido Gallego (sin Chorizo)
Sopa de Cocido Galego (sen Chourizo)
Cocido Gallego (Sin Chorizo)
Cocido Galego Completo (sen Chourizo)

Fruta de Temporada
Froita de Tempada

9 Sopa de Garbanzos y Ave
Sopa de Garavanzos e Ave
Huevo Duro con Judías Verdes y Patatas (sin Chorizo)
Ovo Duro con Xudías Verdes e Patacas (sen Chourizo)

16

Fruta de Temporada
Froita de Tempada
Sopa Minestrone
Sopa Minestrone
Pollo Asado
Pito Asado
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

23 Crema de Lentejas
Crema de Lentellas
Macarrones INTEGRALES con Pollo y Verduras
Espaguetis Integrales con Pito e Verduras

Fruta de Temporada
Froita de Tempada

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

5 Coliflor en Ajada
Coliflor en Ajada
Estofado de Pavo
Estofado de Pavo

6 Lentejas con Verduras
Lentellas con Verduras
Arroz con Calamares
Arroz con Luras

7 Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
Pavo Asado
Pavo ao Forno

1 Arroz INTEGRAL con Tomate Casero
Arroz INTEGRAL con Tomate Caseiro

Merluza a la Andaluza
Pescada á Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada
Froita de Tempada
8 Pasta S/Gluten S/Huevo con Tomate
Pasta S/Glute S/Ovo con Tomate
Merluza en Salsa Verde con Guisantes
Pescada en Salsa Verde Chicharos

2 Sopa de Cocido Gallego (Fideos S/Gluten S/Huevo)
Sopa de Cocido Galego (Fideos S/Glute S/Ovo)
Cocido Gallego
Cocido Galego Completo

Fruta de Temporada
Froita de Tempada
9 Sopa de Garbanzos y Ave (sin Huevo)
Sopa de Garavanzos e Ave (sen Ovo)
Judías Verdes Rehogadas con Patatas y Chorizo
Xudías Verdes Rehogadas con Patacas e Chourizo

Puré de Patata
Puré de Patata
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

Fruta de Temporada
Froita de Tempada

Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
Yogur
logur

15 Fruta de Temporada
Froita de Tempada
Potaje de Alubias
Potaxe de Fabas

Lomo Asado
Lombo Asado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

16 Fruta de Temporada
Froita de Tempada
Sopa Minestrone (Fideos S/Gluten S/Huevo)
Sopa Minestrone (Fideos S/Glute S/Ovo)
Pollo Asado
Pito Asado
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Fruta de Temporada
Froita de Tempada



**Festivo
Festivo**



**Festivo
Festivo**



**Festivo
Festivo**

19 Sopa de Picadillo sin Huevo Cocido (Fideos S/Huevo)
Sopa de Picado sen Ovo Cocido (Fideos S/Ovo)
Lacón a la Gallega con Patatas
Lacón á Galega con Patacas

20 Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO

21 Caldo Gallego
Caldo Galego

22 Brócoli en Ajada
Brócoli con allo

23 Crema de Lentejas
Crema de Lentellas

Fruta de Temporada
Froita de Tempada
26 Crema de Calabaza ECO
Crema de Cabaza ECO
Ragout de Pavo
Ragout de Pavo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

Ragut de Ternera Asada
Ragut de Tenreira Asada

Paella de Magro y Verduras
Paella de Magro e Verduras

Merluza a la Andaluza
Pescada á Andaluza

Pasta S/Gluten S/Huevo con Pollo y Verduras
Pasta S/Glute S/Ovo con Pito e Verduras

Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

Yogur
logur
28 Arroz Campesina
Arroz Campesiña
Lomo de Jurel al Horno
Lombo de Xurelo ao Forno
Verduras Asadas
Verduras Asadas

Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada
Froita de Tempada
29 Sopa de Fideos S/Gluten S/Huevo
Sopa de Fideos S/Glute S/Ovo
Secreto de Cerdo Asado
Secreto de Porco ao Forno
Patatas Panadera
Patacas Panadeira
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

27 Guisantes Salteados
Chicharos Salteados
Pasta S/Gluten S/Huevo Boloñesa de Pollo
Pasta S/Glute S/Ovo Boloñesa de Pito

Fruta de Temporada
Froita de Tempada

Yogur
logur

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

5 Coliflor en Ajada
Coliflor en Ajada
Estofado de Pavo
Estofado de Pavo

Puré de Patata
Puré de Patata
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

12



Festivo
Festivo

19 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido
Sopa de Picado con Ovo Cocido
Lacón a la Gallega con Patatas
Lacón á Galega con Patacas

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

26

Crema de Calabaza ECO
Crema de Cabaza ECO
Tortilla de Patata
Tortilla de Patata
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

6 Lentejas con Verduras
Lentellas con Verduras
Arroz con Calamares
Arroz con Luras

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

13



Festivo
Festivo

20 Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO
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

27

Guisantes Salteados
Chícharos Salteados
Espaguetis INTEGRALES Boloñesa
Espaguetis INTEGRAIS Boloñesa

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

7 Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
Rotti de Pavo al Horno
Rotti de Pavo ao Forno

Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
Yogur y Pan
Iogur e Pan

14



Festivo
Festivo

21 Caldo Gallego
Caldo Galego
Paella de Magro y Verduras
Paella de Magro e Verduras

Yogur y Pan
Iogur e Pan

28

Arroz Campesina
Arroz Campesiña
Lomo de Jurel al Horno
Lombo de Xurelo ao Forno
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Yogur y Pan
Iogur e Pan

1 Arroz INTEGRAL con Tomate Casero
Arroz INTEGRAL con Tomate Caseiro
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

8 Macarrones INTEGRALES con Tomate
Macarrones INTEGRAIS con Tomate
Merluza en Salsa Verde con Guisantes
Pescada en Salsa Verde Chícharos

15

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Potaje de Alubias
Potaxe de Fabas
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 Brócoli en Ajada
Brócoli con allo
Escalope de Merluza
Escalope de Pescada

Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

29

Sopa de Fideos
Sopa de Fideos
Secreto de Cerdo Asado
Secreto de Porco ao Forno
Patatas Panadera
Patacas Panadeira
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

2 Sopa de Cocido Gallego
Sopa de Cocido Galego
Cocido Gallego
Cocido Galego Completo

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

9 Sopa de Garbanzos y Ave
Sopa de Garavanzos e Ave
Huevo Duro con Judías Verdes, Patatas y Chorizo
Ovo Duro con Xudías Verdes, Patacas e Chourizo

16

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Sopa Minestrone
Sopa Minestrone
Pollo Asado
Pito Asado
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

23 Crema de Lentejas
Crema de Lentellas
Macarrones INTEGRALES con Pollo y Verduras
Espaguetis Integrales con Pito e Verduras

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

5 Coliflor en Ajada
Coliflor en Ajada

Estofado de Pavo
Estofado de Pavo
Puré de Patata
Puré de Patata
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

12 
Festivo
Festivo

19 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido
Sopa de Picado con Ovo Cocido
Lacón a la Gallega con Patatas
Lacón á Galega con Patacas

26 Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Crema de Calabaza ECO
Crema de Cabaza ECO

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

6 Salteado de Verduras (Zanahoria, Brócoli, Puerro)
Salteado de Verduras
Arroz con Calamares
Arroz con Luras

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

13 
Festivo
Festivo

20 Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO
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
Verdura Tricolor (Brócoli, Coliflor y Zanahoria)
Verdura tricolor (Brócoli, Coliflor e Cenoria)
Espaguetis INTEGRALES Boloñesa
Espaguetis INTEGRAIS Boloñesa

27 Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

7 Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO

Rotti de Pavo al Horno
Rotti de Pavo ao Forno
Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
Yogur y Pan
logur e Pan

14 
Festivo
Festivo

21 Acelgas con Zanahoria
Acelga con Cenoria
Paella de Magro y Verduras
Paella de Magro e Verduras

28 Yogur y Pan
logur e Pan
Arroz Campesina (sin Guisantes)
Arroz Campesiña (sen Chícharos)

Lomo de Jurel al Horno
Lombo de Xurelo ao Forno
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Yogur y Pan
logur e Pan

1 Arroz INTEGRAL con Tomate Casero
Arroz INTEGRAL con Tomate Caseiro
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

8 Macarrones INTEGRALES con Tomate
Macarrones INTEGRAIS con Tomate

Merluza en Salsa Verde
Pescada en Salsa Verde
Ensalada Mixta
Ensalada Mixta
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

15 Patatas Estofadas con Verduras
Patacas Estofadas con Verduras
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 Brócoli en Ajada
Brócoli con allo
Escalope de Merluza
Escalope de Pescada

29 Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Sopa de Fideos
Sopa de Fideos

Secreto de Cerdo Asado
Secreto de Porco ao Forno
Patatas Panadera
Patacas Panadeira
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

2 Sopa de Cocido Gallego
Sopa de Cocido Galego
Magro de Cerdo Guisado
Magro de Porco con Guisado

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

9 Sopa de Ave
Sopa de Ave

Huevo Duro con Patatas y Chorizo
Ovo Duro con Patacas e Chourizo

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

16 Sopa Minestrone (sin Alubias)
Sopa Minestrone (sen Fabas)
Pollo Asado
Pito Asado
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

23 Crema de Verduras
Crema de Verduras ECO
Espaguetis INTEGRALES con Pollo y Verduras (sin Menestra)
Espaguetis Integrais con Pito e Verduras (sen Minestra)

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

5 Coliflor en Ajada
Coliflor en Ajada
Estofado de Pavo
Estofado de Pavo

Puré de Patata
Puré de Patata
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

12



Festivo
Festivo

19 Sopa de Ave
Sopa de Ave
Merluza a la Gallega
Pescada á Galega

Patata Cocida
Patata Cocida
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

26

Crema de Calabaza ECO
Crema de Cabaza ECO
Tortilla de Patata
Tortilla de Patata
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

6 Lentejas con Verduras
Lentellas con Verduras
Arroz con Calamares
Arroz con Luras

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

13



Festivo
Festivo

20 Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO
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

27

Guisantes Salteados
Chícharos Salteados
Espaguetis INTEGRALES Boloñesa
Espaguetis INTEGRAIS Boloñesa

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

7 Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
Rotti de Pavo al Horno
Rotti de Pavo ao Forno

Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
Yogur y Pan
Iogur e Pan

14



Festivo
Festivo

21 Acelgas con Zanahoria
Acelga con Cenoria
Paella de Verduras
Paella de Verduras

Yogur y Pan
Iogur e Pan

28

Arroz Campesina
Arroz Campesiña
Lomo de Jurel al Horno
Lombo de Xurelo ao Forno
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Yogur y Pan
Iogur e Pan

1 Arroz INTEGRAL con Tomate Casero
Arroz INTEGRAL con Tomate Caseiro
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

8 Macarrones INTEGRALES con Tomate
Macarrones INTEGRAIS con Tomate
Merluza en Salsa Verde con Guisantes
Pescada en Salsa Verde Chícharos

15

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Potaje de Alubias
Potaxe de Fabas
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 Brócoli en Ajada
Brócoli con allo
Escalope de Merluza
Escalope de Pescada

Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

29

Sopa de Fideos
Sopa de Fideos
Tortilla Francesa de Calabacín
Tortilla Francesa de Cabaciña
Patatas Panadera
Patacas Panadeira
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

2 Sopa Vegetal
Sopa de Fideos Vexetal
Cocido Gallego (Sin Cerdo)
Cocido Galego (sen Porco)

9 Sopa de Ave
Sopa de Ave
Huevo Duro con Judías Verdes y Patatas (sin Chorizo)
Ovo Duro con Xudías Verdes e Patacas (sen Chourizo)

16

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Sopa Minestrone
Sopa Minestrone
Pollo Asado
Pito Asado
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

23 Crema de Lentejas
Crema de Lentellas
Macarrones INTEGRALES con Pollo y Verduras
Espaguetis Integrales con Pito e Verduras

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

5 Coliflor en Ajada
Coliflor en Ajada
Alubias Blancas Estofadas con Verduras
Fabas blancas Estofadas con Verduras

6 Lentejas con Verduras
Lentellas con Verduras
Arroz con Verduras
Arroz con Verduras

7 Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
Tortilla Francesa con Queso
Tortilla Francesa de Queixo

1 Arroz INTEGRAL con Tomate Casero
Arroz INTEGRAL con Tomate Caseiro
Menestra de Verduras
Minestra de Verduras
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

2 Sopa Vegetal
Sopa de Fideos Vexetal
Garbanzos con Patata y Zanahoria
Garavanzos con Pataca e Cenoria

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

12



Festivo
Festivo

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

13



Festivo
Festivo

Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
Yogur y Pan
Iogur e Pan

14



Festivo
Festivo

8 Macarrones INTEGRALES con Tomate
Macarrones INTEGRAIS con Tomate
Guisantes Salteados
Chicharos Salteados

9 Sopa Vegetal
Sopa de Fideos Vexetal
Huevo Duro con Judías Verdes y Patatas (sin Chorizo)
Ovo Duro con Xudías Verdes e Patacas (sen Chourizo)

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

15

Potaje de Alubias
Potaxe de Fabas
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

16

Sopa Minestrone
Sopa Minestrone
Lentejas con Arroz
Lentellas Estofadas con Verduras

19 Sopa Vegetal
Sopa de Fideos Vexetal
Garbanzos Guisados
Garavanzos Guisados

20 Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

21 Acelgas con Zanahoria
Acelga con Cenoria
Paella de Verduras
Paella de Verduras

22 Brócoli en Ajada
Brócoli con allo
Judías Pintas Estofadas con Verduras
Xudías Pintas Estofadas con Verduras
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

23 Crema de Lentejas
Crema de Lentellas
Macarrones INTEGRALES con Verduras
Espaguetis Integrais con Verduras

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Yogur y Pan
Iogur e Pan

26 Crema de Calabaza ECO
Crema de Cabaza ECO
Tortilla de Patata
Tortilla de Pataca

27 Guisantes Salteados
Chicharos Salteados
Espaguetis INTEGRALES Boloñesa de Lentejas
Espaguetis INTEGRAIS Boloñesa de Lentellas

28 Arroz Campesina
Arroz Campesiña
Judías Verdes Rehogadas con Ajo
Xudías Verdes Rehogadas con Allo

29 Sopa Vegetal
Sopa de Fideos Vexetal
Tortilla Francesa de Calabacín
Tortilla Francesa de Cabaciña

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Verduras Asadas
Verduras Asadas
Yogur y Pan
Iogur e Pan

Patatas Panadera
Patacas Panadeira
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

5 Coliflor en Ajada sin Sal
Coliflor en Ajada sen Sal

Estofado de Pavo sin Sal
Estofado de Pavo sen Sal

Ensalada de Lechuga y Tomate sin Sal
Ensalada de Leituga e Tomate sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

12



Festivo
Festivo

19 Sopa de Ave sin Sal
Sopa de Ave sen Sal
Cinta de Lomo al Horno sin Sal
Cinta de Lombo ao Forno sen Sal

Ensalada de Lechuga y Zanahoria sin Sal
Ensalada de Leituga e Cenoria sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

26

Crema de Calabaza ECO sin Sal
Crema de Cabaza ECO sen Sal
Tortilla Francesa Casera sin Sal
Tortilla Francesa Caseira sen Sal

Ensalada de Lechuga y Zanahoria sin Sal
Ensalada de Leituga e Cenoria sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

6 Lentejas con Verduras sin Sal
Lentellas con Verduras sen Sal

Arroz con Verduras sin Sal
Arroz con Verduras sen Sal

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

13



Festivo
Festivo

20 Crema de Zanahoria ECO sin Sal
Crema de Cenoria ECO sen Sal
Tortilla Francesa Casera sin Sal
Tortilla Francesa Caseira sen Sal

Ensalada de Lechuga y Tomate sin Sal
Ensalada de Leituga e Tomate sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

27

Guisantes Salteados sin Sal
Chícharos Salteados sen Sal
Espaguetis INTEGRALES con Verduras sin Sal
Espaguetis Integrais con Verduras sen Sal

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

7 Crema de Calabacín ECO sin Sal
Crema de Cabaciña ECO sen Sal

Pavo Asado sin Sal
Pavo ao Forno sen Sal

Zanahorias Rehogadas sin Sal
Cenorias Rehogadas sen Sal
Yogur y Pan
Iogur e Pan

14



Festivo
Festivo

21 Caldo Gallego sin Tocino, sin Sal
Caldo Galego sen Touciño e Sal
Paella de Verduras sin Sal
Paella de Verduras sen Sal

Yogur y Pan
Iogur e Pan

28

Arroz Campesina sin Sal
Arroz Campesiña sen Sal
Lomo de Jurel al Horno sin Sal
Lombo de Xurelo ao Forno sen Sal

Verduras Asadas sin Sal
Verduras Asadas sen Sal
Yogur y Pan
Iogur e Pan

1 Arroz INTEGRAL con Tomate Casero sin Sal
Arroz INTEGRAL con Tomate Caseiro sen Sal
Merluza al Horno sin Sal
Pescada ao Forno sen Sal

Ensalada de Lechuga y Maíz sin Sal
Ensalada de Leituga e Millo sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

8 Macarrones INTEGRALES con Tomate Casero sin Sal
Macarrones INTEGRAIS con Tomate Caseiro sen Sal

Merluza en Salsa Verde con Guisantes sin Sal
Pescada en Salsa Verde Chícharos sin Sal

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Potaje de Alubias sin Sal
Potaxe de Fabas sen Sal

15

Tortilla Francesa Casera sin Sal
Tortilla Francesa Caseira sen Sal
Ensalada de Lechuga y Zanahoria sin Sal
Ensalada de Leituga e Cenoria sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

22 Brócoli en Ajada sin Sal
Brócoli con allo sen Sal
Merluza al Horno sin Sal
Pescada ao Forno sen Sal

Ensalada de Lechuga y Maíz sin Sal
Ensalada de Leituga e Millo sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

29

Sopa de Fideos sin Sal
Sopa de Fideos sen Sal
Secreto de Cerdo Asado sin Sal
Secreto de Porco ao Forno sen Sal

Ensalada de Lechuga y Tomate sin Sal
Ensalada de Leituga e Tomate sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

2 Sopa de Cocido Gallego (sin Chorizo ni Sal)
Sopa de Cocido Galego (sen Chourizo nin Sal)

Cocido Gallego (Sin Chorizo ni Sal)
Cocido Galego Completo (sen Chourizo nin Sal)

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Sopa de Garbanzos y Ave (sin Huevo ni Sal)
Sopa de Garavanzos e Ave (sen Ovo nin Sal)

9

Huevo Duro con Judías Verdes y Patatas (sin Chorizo ni Sal)
Ovo Duro con Xudías Verdes e Patacas (sen Chourizo nin Sal)

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Sopa Minestrone sin Sal
Sopa Minestrone sen Sal

16

Pollo Asado sin Sal
Pito Asado sen Sal
Verduras Asadas sin Sal
Verduras Asadas sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

23 Crema de Lentejas sin Sal
Crema de Lentellas sen Sal
Macarrones INTEGRALES con Pollo y Verduras sin Sal
Espaguetis Integrais con Pito e Verduras sen Sal

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

5 Coliflor en Ajada sin Sal
Coliflor en Ajada sen Sal

Estofado de Pavo sin Sal
Estofado de Pavo sen Sal

Puré de Patata sin Sal
Puré de Patata sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

12



**Festivo
Festivo**

19 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido sin Sal
Sopa de Picado con Ovo Cocido sen Sal
Cinta de Lomo al Horno sin Sal
Cinta de Lombo ao Forno sen Sal

26

Patata Cocida sin Sal
Pataca Cocida sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Crema de Calabaza ECO sin Sal
Crema de Cabaza ECO sen Sal
Tortilla Francesa Casera sin Sal
Tortilla Francesa Caseira sen Sal
Ensalada de Lechuga y Zanahoria sin Sal
Ensalada de Leituga e Cenoria sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

6 Lentejas con Verduras sin Sal
Lentellas con Verduras sen Sal

Arroz con Calamares sin Sal
Arroz con Luras sen Sal

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

13



**Festivo
Festivo**

20 Crema de Zanahoria ECO sin Sal
Crema de Cenoria ECO sen Sal
Tortilla Francesa de Atún Casera sin Sal
Tortilla Francesa de Atún Caseira sen Sal

27

Ensalada de Lechuga y Tomate sin Sal
Ensalada de Leituga e Tomate sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Guisantes Salteados sin Sal
Chícharos Salteados sen Sal
Espaguetis INTEGRALES Boloñesa sin Sal
Espaguetis INTEGRAIS Boloñesa sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

7 Crema de Calabacín ECO sin Sal
Crema de Cabaciña ECO sen Sal

Pavo Asado sin Sal
Pavo ao Forno sen Sal

Zanahorias Rehogadas sin Sal
Cenorias Rehogadas sen Sal
Yogur y Pan
Iogur e Pan

14



**Festivo
Festivo**

21 Caldo Gallego sin Tocino, sin Sal
Caldo Galego sen Touciño e Sal
Paella de Magro y Verduras sin Sal
Paella de Magro e Verduras sen Sal

28

Yogur y Pan
Iogur e Pan
Arroz Campesina sin Sal
Arroz Campesiña sen Sal
Lomo de Jurel al Horno sin Sal
Lombo de Xurel ao Forno sen Sal
Verduras Asadas sin Sal
Verduras Asadas sen Sal
Yogur y Pan
Iogur e Pan

1 Arroz INTEGRAL con Tomate Casero sin Sal
Arroz INTEGRAL con Tomate Caseiro sen Sal
Merluza a la Andaluza sin Sal
Pescada á Andaluza sen Sal

8

Ensalada de Lechuga y Maíz sin Sal
Ensalada de Leituga e Millo sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Macarrones INTEGRALES con Tomate Casero sin Sal
Macarrones INTEGRAIS con Tomate Caseiro sen Sal
Merluza en Salsa Verde con Guisantes sin Sal
Pescada en Salsa Verde Chícharos sin Sal

15

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Potaje de Alubias sin Sal
Potaxe de Fabas sen Sal
Tortilla Francesa Casera sin Sal
Tortilla Francesa Caseira sen Sal
Ensalada de Lechuga y Zanahoria sin Sal
Ensalada de Leituga e Cenoria sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

22

Brócoli en Ajada sin Sal
Brócoli con allo sen Sal
Merluza a la Andaluza sin Sal
Pescada á Andaluza sen Sal

29

Ensalada de Lechuga y Maíz sin Sal
Ensalada de Leituga e Millo sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Sopa de Fideos sin Sal
Sopa de Fideos sen Sal
Secreto de Cerdo Asado sin Sal
Secreto de Porco ao Forno sen Sal
Patatas Panadera sin Sal
Patacas Panadeira sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

2 Sopa de Cocido Gallego (sin Chorizo ni Sal)
Sopa de Cocido Galego (sen Chourizo nin Sal)

9

Cocido Gallego (Sin Chorizo ni Sal)
Cocido Galego Completo (sen Chourizo nin Sal)

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Sopa de Garbanzos y Ave sin Sal
Sopa de Garavanzos e Ave sen Sal

16

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Sopa Minestrone sin Sal
Sopa Minestrone sen Sal
Pollo Asado sin Sal
Pito Asado sen Sal
Verduras Asadas sin Sal
Verduras Asadas sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

23

Crema de Lentejas sin Sal
Crema de Lentellas sen Sal
Macarrones INTEGRALES con Pollo y Verduras sin Sal
Espaguetis Integrais con Pito e Verduras sen Sal

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan