



# SEN FROITOS SECOS

## MARZO 2024

LUNS

26/02/2024

MARTES

27/02/2024

MÉRCORES

28/02/2024

XOVES

29/02/2024

VENRES

01/03/2024

Semana 1

SOPA DE ESTRELIÑAS

BACALLAO EMPANADO

PATACAS COCIDAS

FROITA

04/03/2024

CREMA DE VERDURAS

05/03/2024

GARAVANZOS CON ESPINACAS

06/03/2024

MINISTRA SALTEADA

07/03/2024

SOPA DE PIÑONS

08/03/2024

LENTELLAS A CASEIRA

ESTUFADO DE MACARRONS

PESCADA EN SALSA VERDE

POLO O ALLO

XARDA A MARIÑEIRA

TORTILLA DE CABACIÑA

MACARRONS SALTEADOS

PATACAS GUIADAS

ARROZ BRANCO

BROCOLI E CENORIA

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

IOGUR

FROITA

IOGUR

FROITA

FROITA

Semana 2

11/03/2024

CALDO GALEGO  
TAQUIÑO DE POLO GUISADO CON  
MACARRONS

FROITA

12/03/2024

SOPA DE VERDURAS (con piñones)

LOMBO ADUBADO O FORNO

PATACAS GUIADAS

IOGUR

13/03/2024

FABAS ESTUFADAS

TORTILLA DE ATÚN

TOMATE NATURAL

FROITA

14/03/2024

CREMA DE CABAZA E CABACIÑA

TENREIRA GOBERNADA CON ARROZ

IOGUR

15/03/2024

XUDIAS CON ALLADA E PATACA

FILETE DE PESCADA A ROMANA

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E  
MILLO

FROITA

Semana 3

18/03/2024

CREMA DE CENORIA

XURELO O FORNO

PATACAS O VAPOR

IOGUR

19/03/2024

LENTELLAS GUIADAS

TORTILLA DE PATACA

TOMATE NATURAL

FROITA

20/03/2024

CREMA DE XUDIAS

PAELLA DE POLO E VERDURAS

IOGUR

21/03/2024

ESPIRAIS CON TOMATE

GARAVANZOS CON BACALLAO

FROITA

22/03/2024

SOPA DE AVE

FILETE RUSO EN SALSA CASTELLANA

ARROZ CON VERDURAS

FROITA

Semana 4