

| LUNS | MARTES | MÉRCORES | XOVES | VENRES |
|---|--|---|--|--|
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Lentellas con verduras Paella con verduras Froita , pan (2) e auga | Ensalada de leituga, tomate, cenoria e cebola (5) Raxo de porco con arroz e salsa de tomate Froita, pan (2) e auga | Crema de cabaciña Caldeira de peixe con pataca e verduras (9) Froita, pan (2) e auga | Ensalada Cuartoutes (5,8) Tortilla de pataca (8) Froita, pan (2) e auga | Brócoli con allada Peixe azul ao forno con pasta e salsa de verduras (2,9) Froita, pan (2) e auga |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| Ensalada de arroz (5,9) Acelgas con allada e ovo cocido (8) Froita, pan (2) e auga | Fabas estufadas con verduras Xudías con allada Froita, pan (2) e auga | Crema de porro Pasta con gambas e cogomelos (2,3) Froita, pan (2) e auga | Ensalada verde con cenoria e remolacha (5) Pavo con arroz e champiñóns Froita , pan (2) e auga | FESTIVO |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| FESTIVO | Sopa de fideos (2) Guiso de polo con verduras e leituga Froita, pan (2) e auga | Repolo con pataca e allada Pescada a romana (2,9) Froita , pan (2) e auga | Ensalada arco da bella Nutricos (5) Empanada de bonito (2,9) Froita, pan (2) e auga | Ensalada de garavanzos (5) Espaguetis con boloñesa Nutricos (2) Froita, pan (2) e auga |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| Ensalada de pasta (2,5) Xudías con ovo e allada (8) Froita, pan (2) e auga | Potaxe de garavanzos Fideúa Outes (2) Froita , pan (2) e auga | Ensalada Sextoutes (5,6,9) Guiso de luras con verduras e pataca (4) Froita, pan (2) e auga | Crema de cenoria Polo con salsa de verduras e arroz Froita, pan (2) e auga | Coliflor con pataca e allada Peixe azul ao forno con ensalada (9) Froita, pan (2) e auga |

Natalia Hospido Dietista Nutricionista, Nº Col GA00110

