

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
3	4	5	6	7
Lentellas con verduras Paella con verduñas 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
10	11	12	13	14
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	Minestra de verduras Peixe con salsa de verduras e pataca (9) Froita, pan (2) e auga
17	18	19	20	21
Ensaladilla (5,8,9) Brócoli con ovo e bechamel gratinado (8) Froita, pan (2) e auga	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
24	25	26	27	28

Natalia Hospido Dietista Nutricionista, Nº Col GA00110

