

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
30/01/2023	31/01/2023	01/02/2023	02/02/2023	03/02/2023
		LENTELLAS VEXETAIS	SOPA DE PIÑONS	XUDIAS SALTEADAS
		PESCADA O FORNO	ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS E CHICHAROS	LOMBO ASADO
		ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIA		MACARRONS SALTEADOS
		IOGUR	FROITA	FROITA
06/02/2023	07/02/2023	08/02/2023	09/02/2023	10/02/2023
CREMA DE CENORIA	GARAVANZOS CON VERDURAS	SOPA DE PASTA	LENTELLAS VEXETAIS	CALDO VEXETAL
POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS	GUIISO DE CALAMARES CON ARROZ	XAMÓN ASADO	REDONDO DE PESCADA CON ALLADA	PEITUGA DE POLO
PATACA GUISADA		PURÉ DE PATACA	BROCOLI CON CENORIA	TOMATE NATURAL
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
13/02/2023	14/02/2023	15/02/2023	16/02/2023	17/02/2023
PASTA SALTEADA CON VERDURAS	CHÍCHAROS SALTEADOS	CREMA CAMPERA	FABAS VEXETAIS	SOPA DE PIÑONS
PESCADA EN SALSA DE CEDEIRESA	LOMBO ASADO	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	XARDA O FORNO	POLO ASADO
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	PATACA COCIDA	ARROZ BLANCO	PATACA O VAPOR	REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	23/02/2023	24/02/2023
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	GARAVANZOS CON VERDURAS	CALDO VEXETAL
			XARDA O FORNO	LOMBO ASADO
			FIDEO	ENSALADA DE LEITUGA E MILLO
			IOGUR	FROITA
27/02/2023	28/02/2023	01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023
CREMA DE CABAZA	FABAS VEXETAIS			
TENREIRA ASADA	PESCADA O FORNO			
MACARRONS SALTEADOS	PATACA COCIDA			
IOGUR	FROITA			

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
30/01/2023	31/01/2023	01/02/2023	02/02/2023	03/02/2023
		LENTELLAS VEXETAIS	SOPA DE PIÑONS	XUDIAS REFOGADAS
		PESCADA O FORNO	ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS E CHICHAROS	BOLOÑESA VEXETAL
		ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS		MACARRONS SALTEADOS
		IOGUR DE SOIA	FROITA	FROITA
06/02/2023	07/02/2023	08/02/2023	09/02/2023	10/02/2023
CREMA DE CENORIA	GARAVANZOS CON VERDURAS	SOPA DE PASTA	LENTELLAS A CASEIRA	CALDO VEXETAL
POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS	GUIZO DE CALAMARES CON ARROZ	XAMÓN ASADO EN SALSA	REDONDO DE PESCADA CON ALLADA	TORTILLA DE CABACIÑA
PATACA GUISADA		PURÉ DE PATACA	BROCOLI CON CENORIA	TOMATE NATURAL
IOGUR DE SOIA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
13/02/2023	14/02/2023	15/02/2023	16/02/2023	17/02/2023
PASTA SALTEADA CON VERDURAS	CHÍCHAROS SALTEADOS	CREMA CAMPERA	FABAS VEXETAIS	SOPA DE FIDEOS
PESCADA EN SALSA DE CEDEIRESA	LOMBO ASADO	POLO O CHILINDRON	XARDA O FORNO	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	PATACA COCIDA	ARROZ BRANCO	PATACA COCIDA	REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA
20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	23/02/2023	24/02/2023
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	GARAVANZOS CON VERDURAS	CALDO VEXETAL
			ATÚN GUISADO	TORTILLA DE PATACA
			FIDEOS	ENSALADA DE LEITUGA E MILLO
			IOGUR DE SOIA	FROITA
27/02/2023	28/02/2023	01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023
CREMA DE CABAZA	FABAS VEXETAIS			
BOLOÑESA VEXETAL	GUIZO DE BACALLAO CON PATACAS			
MACARRONS SALTEADOS				
IOGUR DE SOIA	FROITA			

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
30/01/2023	31/01/2023	01/02/2023	02/02/2023	03/02/2023
		LENTELLAS CON CHOURIZO	SOPA DE PIÑONS	XUDIAS CON CHOURIZO
		TORTILLA FRANCESA	ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS E CHICHAROS	MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL
		ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS		
		IOGUR	FROITA	FROITA
06/02/2023	07/02/2023	08/02/2023	09/02/2023	10/02/2023
CREMA DE CENORIA	POTAXE DE GARAVANZOS	SOPA DE FIDEOS	LENTELLAS A CASEIRA	CALDO GALEGO
POLO EN SALSAS AS FINAS HERBAS	XAMÓN ASADO EN SALSAS	ALBÓNDEGAS CON SALSAS DE TOMATE	LOMBO EN SALSAS	TORTILLA DE CABACIÑA
PATACA GUISADA	ARROZ BRANCO	PURÉ DE PATACA	BROCOLI CON CENORIA	TOMATE NATURAL
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
13/02/2023	14/02/2023	15/02/2023	16/02/2023	17/02/2023
PASTA SALTEADA CON VERDURAS	CHICHAROS CON XAMON	CREMA CAMPEIRA	FABAS ESTUFADAS	SOPA DE COCIDO
PEITUGA DE POLO	LOMBO NATURAL ADUBADO	POLO O CHILINDRON	TORTILLA FRANCESA	COCIDO
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	PATACAS	ARROZ BRANCO	PATACA COCIDA	
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	23/02/2023	24/02/2023
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	GARAVANZOS CON VERDURAS	CALDO GALEGO
			LOMBO ASADO	TORTILLA DE PATACA
			FIDEOS	ENSALADA DE LEITUGA E MILLO
			IOGUR	FROITA
27/02/2023	28/02/2023	01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023
CREMA DE CABAZA	FABADA			
MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL	TENREIRA ASADA EN SALSAS			
	PATACA COCIDA			
IOGUR	FROITA			

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
30/01/2023	31/01/2023	01/02/2023	02/02/2023	03/02/2023
		CREMA DE CABACIÑA	SOPA DE PIÑONS	COLIFLOR A GALEGA
		PESCADA O FORNO	XAMON ASADO	LOMBO ASADO
		ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIA	PATACA COCIDA	MACARRONS SALTEADOS
		IOGUR	FROITA	FROITA
06/02/2023	07/02/2023	08/02/2023	09/02/2023	10/02/2023
CREMA DE CENORIA	BROCOLI A CASEIRA	SOPA DE FIDEOS	CREMA DE CABACIÑA	CALDO VEXETAL
POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS	GUIZO DE CALAMARES CON ARROZ	XAMÓN ASADO EN SALSA	REDONDO DE PESCADA CON ALLADA	TORTILLA DE CABACIÑA
PATACA GUISADA		PURÉ DE PATACA	BROCOLI E CENORIA	TOMATE NATURAL
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
13/02/2023	14/02/2023	15/02/2023	16/02/2023	17/02/2023
PASTA SALTEADA CON VERDURAS	SOPA DE CABELLIN	CREMA CAMPEIRA	BROCOLI A CASEIRA	SOPA DE FIDEOS
PESCADA EN SALSA DE CEDEIRESA	LOMBO ASADO	POLO O CHILINDRON	XARDA O FORNO	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	PATACA COCIDA	ARROZ BRANCO	PATACAS O VAPOR	REPOLO E PATACA
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	23/02/2023	24/02/2023
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	PISTO	CALDO VEXETAL
			FIDEOS CON ATÚN GUISADO	TORTILLA DE PATACA
				ENSALADA DE LEITUGA E MILLO
			IOGUR	FROITA
27/02/2023	28/02/2023	01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023
CREMA DE CABAZA	SOPA DO DIA			
TENREIRA ASADA EN SALSA	BACALLAO O FORNO			
MACARRONS SALTEADOS	PATACA COCIDA			
IOGUR	FROITA			

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
30/01/2023	31/01/2023	01/02/2023	02/02/2023	03/02/2023
		LENTELLAS CON CHOURIZO	SOPA DE PASTA	XUDIAS CON CHOURIZO
		PESCADA O FORNO	ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS E CHICHAROS	BOLOÑESA VEXETAL
		ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS		MACARRONS
		IOGUR	FROITA	FROITA
06/02/2023	07/02/2023	08/02/2023	09/02/2023	10/02/2023
CREMA DE CENORIA	POTAXE DE GARAVANZOS	SOPA DE PASTA	LENTELLAS A CASEIRA	CALDO GALEGO
POLO EN SALSAS AS FINAS HERBAS	GUIZO DE CALAMARES CON ARROZ	ALBÓNDEGAS	REDONDO DE PESCADA CON ALLADA	PEITUGA DE POLO
PATACA GUISADA		PURÉ DE PATACA	BROCOLI CON CENORIA	TOMATE NATURAL
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
13/02/2023	14/02/2023	15/02/2023	16/02/2023	17/02/2023
PASTA SALTEADA CON VERDURAS	CHÍCHAROS CON XAMON	CREMA CAMPERA	FABAS VEXETAIS	SOPA DE PASTA
PESCADA EN SALSAS DE CEDEIRESA	LOMBO ASADO	POLO O CHILINDRON	XARDA O FORNO	CARNE DE COCIDO
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	PATACA COCIDA	ARROZ BRANCO	PATACA COCIDA	REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	23/02/2023	24/02/2023
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	GARAVANZOS CON VERDURAS	CALDO GALEGO
			ATÚN GUISADO	LOMBO ASADO
			MACARRONS	ENSALADA DE LEITUGA E MILLO
			IOGUR	FROITA
27/02/2023	28/02/2023	01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023
CREMA DE CABAZA	FABADA			
BOLOÑESA VEXETAL	GUIZO DE BACALLAO CON PATACAS			
MACARRONS				
IOGUR	FROITA			

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
30/01/2023	31/01/2023	01/02/2023	02/02/2023	03/02/2023
		LENTELLAS CON CHOURIZO	SOPA DE PIÑONS	XUDIAS CON CHOURIZO
		PESCADA O FORNO	ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS E CHICHAROS	LOMBO ASADO
		ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS		MACARRONS SALTEADOS
		IOGUR	FROITA	FROITA
06/02/2023	07/02/2023	08/02/2023	09/02/2023	10/02/2023
CREMA DE CENORIA	POTAXE DE GARAVANZOS	SOPA DE FIDEOS	LENTELLAS A CASEIRA	CALDO GALEGO
POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS	LURAS ENCEBOLADAS CON ARROZ	ALBÓNDEGAS	REDONDO DE PESCADA CON ALLADA	TORTILLA DE CABACIÑA
PATACA GUISADA		PURÉ DE PATACA	BROCOLI E CENORIA	TOMATE NATURAL
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
13/02/2023	14/02/2023	15/02/2023	16/02/2023	17/02/2023
PASTA SALTEADA CON VERDURAS	CHICHAROS CON XAMON	CREMA CAMPEIRA	FABAS ESTUFADAS	SOPA DE COCIDO
PESCADA EN SALSA DE CEDEIRESA	LOMBO NATURAL ADUBADO	POLO O CHILINDRON	XARDA O FORNO	COCIDO
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	PATACAS	ARROZ BRANCO	PATACAS O VAPOR	
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	23/02/2023	24/02/2023
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	GARAVANZOS CON VERDURAS	CALDO GALEGO
			FIDEOS CON ATÚN GUISADO	TORTILLA DE PATACA
				ENSALADA DE LEITUGA E MILLO
			IOGUR	FROITA
27/02/2023	28/02/2023	01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023
CREMA DE CABAZA	FABADA			
TENREIRA ASADA EN SALSA	BACALLAO ESTUFADO CON PATACAS			
MACARRONS SALTEADOS				
IOGUR	FROITA			

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
30/01/2023	31/01/2023	01/02/2023	02/02/2023	03/02/2023
		CREMA DE PATACA	MACARRONS SALTEADOS	SOPA DE PIÑONS
		PESCADA O FORNO	XAMON ASADO	LOMBO ASADO
		ARROZ BRANCO	PATACA COCIDA	PURÉ DE PATACA
		IOGUR	IOGUR	IOGUR
06/02/2023	07/02/2023	08/02/2023	09/02/2023	10/02/2023
SOPA DE ARROZ	CODIÑOS SALTEADOS	SOPA DO DIA	CREMA DE PATACA	SOPA DE ESTRELIÑAS
POLO ASADO	BACALLAO O FORNO	XAMON ASADO	REDONDO DE PESCADA O FORNO	TORTILLA FRANCESA
PATACA COCIDA	PURÉ DE PATACA	ARROZ BRANCO	MACARRONS SALTEADOS	PATACA COCIDA
IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR
13/02/2023	14/02/2023	15/02/2023	16/02/2023	17/02/2023
MACARRONS SALTEADOS	SOPA DE CABELLIN	CREMA DE PATACA	CODIÑOS SALTEADOS	SOPA DO DIA
PESCADA O FORNO	LOMBO ASADO	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	XARDA O FORNO	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS
PURÉ DE PATACA	PATACA COCIDA	ARROZ BRANCO	PURÉ DE PATACA	PATACA COCIDA
IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR
20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	23/02/2023	24/02/2023
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	CODIÑOS SALTEADOS	SOPA DE ARROZ
			XARDA O FORNO	TORTILLA DE PATACA
			PURÉ DE PATACA	
			IOGUR	IOGUR
27/02/2023	28/02/2023	01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023
CREMA DE PATACA	SOPA DO DIA			
TENREIRA ASADA	BACALLAO O FORNO			
MACARRONS SALTEADOS	PATACA COCIDA			
IOGUR	IOGUR			

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
30/01/2023	31/01/2023	01/02/2023	02/02/2023	03/02/2023
		LENTELLAS VEXETAIS	SOPA DE PIÑONS	XUDIAS REFOGADAS
		PESCADA O FORNO	PEITUGA DE POLO	MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL
		ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	PATACA COCIDA	
		IOGUR	FROITA	FROITA
06/02/2023	07/02/2023	08/02/2023	09/02/2023	10/02/2023
CREMA DE CENORIA	GARAVANZOS CON VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	LENTELLAS A CASEIRA	CALDO VEXETAL
POLO EN SALSAS AS FINAS HERBAS	LURAS ENCEBOLADAS CON ARROZ	PEITUGA DE POLO	REDONDO DE PESCADA CON ALLADA	TORTILLA DE CABACIÑA
PATACA GUISADA		PURÉ DE PATACA	BROCOLI E CENORIA	TOMATE NATURAL
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
13/02/2023	14/02/2023	15/02/2023	16/02/2023	17/02/2023
PASTA SALTEADA CON VERDURAS	CHÍCHAROS SALTEADOS	CREMA CAMPEIRA	FABAS ESTUFADAS	SOPA DE FIDEOS
PESCADA EN SALSAS DE CEDEIRESA	TORTILLA FRANCESA	POLO O CHILINDRON	XARDA O FORNO	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	PATACA COCIDA	ARROZ BRANCO	PATACAS O VAPOR	REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	23/02/2023	24/02/2023
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	GARAVANZOS CON VERDURAS	CALDO VEXETAL
			FIDEOS CON ATÚN GUISADO	TORTILLA DE PATACA
				ENSALADA DE LEITUGA E MILLO
			IOGUR	FROITA
27/02/2023	28/02/2023	01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023
CREMA DE CABAZA	FABAS VEXETAIS			
MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL	BACALLAO ESTUFADO CON PATACAS			
IOGUR	FROITA			

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
30/01/2023	31/01/2023	01/02/2023	02/02/2023	03/02/2023
		LENTELLAS VEXETAIS	SOPA DE PIÑONS	XUDIAS REFOGADAS
		PESCADA O FORNO	TORTILLA FRANCESA	MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL
		ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	PATACA COCIDA	
		IOGUR	FROITA	FROITA
06/02/2023	07/02/2023	08/02/2023	09/02/2023	10/02/2023
CREMA DE CENORIA	GARAVANZOS CON VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	LENTELLAS A CASEIRA	CALDO VEXETAL
TORTILLA FRANCESA	LURAS ENCEBOLADAS CON ARROZ	ROLIÑO PRIMAVERA	REDONDO DE PESCADA CON ALLADA	TORTILLA DE CABACIÑA
PATACA GUISADA		PURÉ DE PATACA	BROCOLI E CENORIA	TOMATE NATURAL
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
13/02/2023	14/02/2023	15/02/2023	16/02/2023	17/02/2023
PASTA SALTEADA CON VERDURAS	CHÍCHAROS SALTEADOS	CREMA CAMPEIRA	FABAS ESTUFADAS	SOPA DE FIDEOS
PESCADA EN SALSA DE CEDEIRESA	ROLIÑO PRIMAVERA	BOLOÑESA VEXETAL	XARDA O FORNO	TORTILLA FRANCESA
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	PATACA COCIDA	MACARRONS SALTEADOS	PATACAS O VAPOR	REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	23/02/2023	24/02/2023
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	GARAVANZOS CON VERDURAS	CALDO VEXETAL
			FIDEOS CON ATÚN GUISADO	TORTILLA DE PATACA
				ENSALADA DE LEITUGA E MILLO
			IOGUR	FROITA
27/02/2023	28/02/2023	01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023
CREMA DE CABAZA	FABAS VEXETAIS			
MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL	BACALLAO ESTUFADO CON PATACAS			
IOGUR	FROITA			

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
30/01/2023	31/01/2023	01/02/2023	02/02/2023	03/02/2023
		LENTELLAS CON CHOURIZO	SOPA DE PIÑONS	XUDIAS CON CHOURIZO
		PESCADA O FORNO	ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS E CHICHAROS	BOLOÑESA VEXETAL
		ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS		MACARRONS SALTEADOS
		IOGUR DE SOIA	FROITA	FROITA
06/02/2023	07/02/2023	08/02/2023	09/02/2023	10/02/2023
CREMA DE CENORIA	POTAXE DE GARAVANZOS	SOPA DE PASTA	LENTELLAS A CASEIRA	CALDO GALEGO
POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS	GUIZO DE CALAMARES CON ARROZ	XAMÓN ASADO EN SALSA	REDONDO DE PESCADA CON ALLADA	TORTILLA DE CABACIÑA
PATACA GUISADA		PURÉ DE PATACA	BROCOLI CON CENORIA	TOMATE NATURAL
IOGUR DE SOIA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
13/02/2023	14/02/2023	15/02/2023	16/02/2023	17/02/2023
PASTA SALTEADA CON VERDURAS	CHÍCHAROS CON XAMON	CREMA CAMPERA	FABAS VEXETAIS	SOPA DE FIDEOS
PESCADA EN SALSA DE CEDEIRESA	LOMBO ASADO	POLO O CHILINDRON	XARDA O FORNO	CARNE DE COCIDO
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	PATACA COCIDA	ARROZ BRANCO	PATACA COCIDA	REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA
20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	23/02/2023	24/02/2023
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	GARAVANZOS CON VERDURAS	CALDO GALEGO
			ATÚN GUISADO	TORTILLA DE PATACA
			FIDEOS	ENSALADA DE LEITUGA E MILLO
			IOGUR DE SOIA	FROITA
27/02/2023	28/02/2023	01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023
CREMA DE CABAZA	FABADA			
BOLOÑESA VEXETAL	GUIZO DE BACALLAO CON PATACAS			
MACARRONS SALTEADOS				
IOGUR DE SOIA	FROITA			

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
30/01/2023	31/01/2023	01/02/2023	02/02/2023	03/02/2023
		LENTELLAS CON CHOURIZO	SOPA DE VERDURAS	XUDIAS CON CHOURIZO
		PESCADA O FORNO	XAMON ASADO	BOLOÑESA VEXETAL
		ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS	PATACA COCIDA	MACARRONS
		IOGUR	FROITA	FROITA
06/02/2023	07/02/2023	08/02/2023	09/02/2023	10/02/2023
CREMA DE ESPINACAS	GARAVANZOS CON VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	LENTELLAS A CASEIRA	CALDO GALEGO
POLO EN SALSAS AS FINAS HERBAS	BACALLAO O FORNO	ALBÓNDEGAS CON SALSAS DE TOMATE	REDONDO DE PESCADA CON ALLADA	TORTILLA DE CABACIÑA
PATACA GUISADA	ARROZ INTEGRAL	PURÉ DE PATACA	BROCOLI	TOMATE NATURAL
IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
13/02/2023	14/02/2023	15/02/2023	16/02/2023	17/02/2023
PASTA SALTEADA CON VERDURAS	CHICHAROS CON XAMON	CREMA DE CABACIÑA	FABAS VEXETAIS	SOPA DE COCIDO
PESCADA EN SALSAS DE CEDEIRESA	LOMBO NATURAL ADUBADO	POLO O CHILINDRON	XARDA O FORNO	COCIDO
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	PATACAS	ARROZ INTEGRAL	PATACAS O VAPOR	FROITA
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	23/02/2023	24/02/2023
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	GARAVANZOS CON VERDURAS	CALDO GALEGO
			ATÚN GUISADO	TORTILLA DE PATACA
			MACARRONS	ENSALADA DE LEITUGA E MILLO
			IOGUR	FROITA
27/02/2023	28/02/2023	01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023
CREMA DE CABAZA	FABAS VEXETAIS			
BOLOÑESA VEXETAL	BACALLAO ESTUFADO CON PATACAS			
MACARRONS				
IOGUR	FROITA			

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
30/01/2023	31/01/2023	01/02/2023	02/02/2023	03/02/2023
		LENTELLAS VEXETAIS	SOPA DE PIÑONS	XUDIAS REFOGADAS
		PESCADA O FORNO	ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS E CHICHAROS	LOMBO ASADO
		ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS		MACARRONS SALTEADOS
		IOGUR DESNATADO	FROITA	FROITA
06/02/2023	07/02/2023	08/02/2023	09/02/2023	10/02/2023
CREMA DE CENORIA	GARAVANZOS CON VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	LENTELLAS A CASEIRA	CALDO VEXETAL
POLO EN SALSAS AS FINAS HERBAS	BACALLAO O FORNO	XAMON ASADO	REDONDO DE PESCADA CON ALLADA	TORTILLA FRANCESA
PATACA GUISADA	ARROZ BRANCO	PURÉ DE PATACA	BROCOLI E CENORIA	TOMATE NATURAL
IOGUR DESNATADO	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
13/02/2023	14/02/2023	15/02/2023	16/02/2023	17/02/2023
PASTA SALTEADA CON VERDURAS	CHICHAROS CON XAMON	CREMA CAMPEIRA	FABAS ESTUFADAS	SOPA DE FIDEOS
PESCADA O FORNO	LOMBO ASADO	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS	XARDA O FORNO	XAMONCIÑOS DE POLO ASADOS
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIAS	PATACA COCIDA	ARROZ BRANCO	PATACAS O VAPOR	REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR DESNATADO	FROITA
20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	23/02/2023	24/02/2023
VACACIONES DE ENTROIDO	VACACIONES DE ENTROIDO	VACACIONES DE ENTROIDO	GARAVANZOS CON VERDURAS	CALDO VEXETAL
			BACALLAO O FORNO	TORTILLA FRANCESA
			FIDEOS	ENSALADA DE LEITUGA E MILLO
			IOGUR DESNATADO	FROITA
27/02/2023	28/02/2023	01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023
CREMA DE CABAZA	FABAS VEXETAIS			
TENREIRA ASADA	BACALLAO O FORNO			
MACARRONS SALTEADOS	PATACA COCIDA			
IOGUR DESNATADO	FROITA			

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
30/01/2023	31/01/2023	01/02/2023	02/02/2023	03/02/2023
		LENTELLAS VEXETAIS	SOPA DE PIÑONS	XUDIAS REFOGADAS
		PESCADA O FORNO	TORTILLA FRANCESA	MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL
		PURÉ DE PATACA	PATACA COCIDA	
		IOGUR	IOGUR	IOGUR
06/02/2023	07/02/2023	08/02/2023	09/02/2023	10/02/2023
CREMA DE CENORIA	GARAVANZOS CON VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	LENTELLAS A CASEIRA	CALDO VEXETAL
BACALLAO O FORNO	ROLIÑO PRIMAVERA	ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE	REDONDO DE PESCADA CON ALLADA	TORTILLA DE CABACIÑA
PATACA GUISADA	ARROZ BRANCO	PURÉ DE PATACA	BROCOLI E CENORIA	-
IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR
13/02/2023	14/02/2023	15/02/2023	16/02/2023	17/02/2023
PASTA SALTEADA CON VERDURAS	CHICHAROS CON XAMON	CREMA CAMPEIRA	FABAS ESTUFADAS	SOPA DE COCIDO
PESCADA EN SALSA DE CEDEIRESA	ROLIÑO PRIMAVERA	BOLOÑESA VEXETAL	XARDA O FORNO	TORTILLA FRANCESA
CENORIA	PATACA COCIDA	MACARRONS SALTEADOS	PATACAS O VAPOR	REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS
IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR	IOGUR
20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	23/02/2023	24/02/2023
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	GARAVANZOS CON VERDURAS	CALDO VEXETAL
			FIDEOS CON ATÚN GUISADO	TORTILLA DE PATACA
			IOGUR	IOGUR
27/02/2023	28/02/2023	01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023
CREMA DE CABAZA	FABAS VEXETAIS			
MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL	BACALLAO ESTUFADO CON PATACAS			
IOGUR	IOGUR			

LUNS 30/01/2023	MARTES 31/01/2023	MÉRCORES 01/02/2023	XOVES 02/02/2023	VENRES 03/02/2023
		CREMA DE CABACIÑA PESCADA O FORNO ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS IOGUR	SOPA DE PASTA ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS E CHICHAROS FROITA	XUDIAS CON CHOURIZO LOMBO ASADO MACARRONS FROITA
06/02/2023	07/02/2023	08/02/2023	09/02/2023	10/02/2023
CREMA DE CENORIA POLO EN SALSAS AS FINAS HERBAS PATACA GUISADA IOGUR	POTAXE DE GARAVANZOS GUISO DE CALAMARES CON ARROZ FROITA	SOPA DE PASTA ALBÓNDEGAS PURÉ DE PATACA FROITA	CREMA DE CABACIÑA REDONDO DE PESCADA CON ALLADA BROCOLI CON CENORIA FROITA	CALDO GALEGO TORTILLA DE CABACIÑA TOMATE NATURAL FROITA
13/02/2023	14/02/2023	15/02/2023	16/02/2023	17/02/2023
PASTA SALTEADA CON VERDURAS PESCADA EN SALSAS DE CEDEIRESA ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIA FROITA	CHÍCHAROS CON XAMON LOMBO ASADO PATACA COCIDA FROITA	CREMA CAMPERA POLO O CHILINDRON ARROZ BRANCO FROITA	FABAS VEXETAIS XARDA O FORNO PATACA COCIDA IOGUR	SOPA DE PASTA CARNE DE COCIDO REPOLO, PATACAS E GARAVANZOS FROITA
20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	23/02/2023	24/02/2023
VACACIONES DE ENTROIDO	VACACIONES DE ENTROIDO	VACACIONES DE ENTROIDO	GARAVANZOS CON VERDURAS ATÚN GUISADO MACARRONS IOGUR	CALDO GALEGO TORTILLA DE PATACA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO FROITA
27/02/2023	28/02/2023	01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023
CREMA DE CABAZA TENREIRA ASADA EN SALSAS MACARRONS IOGUR	FABADA GUISO DE BACALLAO CON PATACAS FROITA			

LUNS				MARTES				MÉRCORES				XOVES				VENRES			
30/01/2023				31/01/2023				01/02/2023				02/02/2023				03/02/2023			
								LENTELLAS CON CHOURIZO				SOPA DE PIÑONS				XUDIAS CON CHOURIZO			
								PESCADA O FORNO				ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS E CHICHAROS				MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL			
								ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS											
								IOGUR				KIWI				PERA			
								Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC
								741,39	25,32	25,64	90,04	634,23	25,56	20,94	75,47	708,4	28,57	25,51	111,37
								% VET	14%	31%	49%	% VET	16%	30%	48%	% VET	16%	32%	63%
06/02/2023				07/02/2023				08/02/2023				09/02/2023				10/02/2023			
CREMA DE CENORIA				POTAXE DE GARAVANZOS				SOPA DE FIDEOS				LENTELLAS ESTUFADAS				CALDO GALEGO			
POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS				CALAMARES ENCEBOLADOS CON ARROZ				ALBONDEGAS EN SALSA				REDONDO DE PESCADA CON ALLADA				TORTILLA DE CABACIÑA			
PATACAS GUIADAS								PURE DE PATACA				BRECOL E CENORIA				TOMATE NATURAL			
IOGUR				LARANXA				MAZA				MANDARINA				PLATANO			
Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC
687,31	25,21	22,44	88,18	662,55	24,06	21,34	108,63	689,63	26,42	25,06	100,45	653,03	21,37	20,51	81,5	684,77	19,94	25,03	85,89
% VET	15%	29%	51%	% VET	15%	29%	66%	% VET	15%	33%	58%	% VET	13%	28%	50%	% VET	12%	33%	50%
13/02/2023				14/02/2023				15/02/2023				16/02/2023				17/02/2023			
PASTA SALTEADA CON VERDURAS				CHICHAROS CON XAMON				CREMA CAMPEIRA				FABAS ESTUFADAS				SOPA DE COCIDO			
PESCADA EN SALSA DE CEDEIRESA				LOMBO ADUBADO				POLO O CHILINDRON				XARDA O FORNO				COCIDO			
ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIA				PATACAS COCIDAS				ARROZ				PATACAS O VAPOR							
MANDARINA				MAZA				KIWI				PERA				PLATANO			
Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC
706,48	25,9	22,2	101,29	600,31	24,12	19,48	69,27	723,5	25,84	26,76	87,86	619,64	20,99	21,6	97,81	615,8	20,7	20,62	83,43
% VET	15%	28%	57%	% VET	16%	29%	46%	% VET	14%	33%	49%	% VET	14%	31%	63%	% VET	13%	30%	54%
20/02/2023				21/02/2023				22/02/2023				23/02/2023				24/02/2023			
												GARAVANZOS CON VERDURAS				CALDO GALEGO			
VACACIONS DE ENTROIDO				VACACIONS DE ENTROIDO				VACACIONS DE ENTROIDO				ATUN GUIADO CON FIDEOS				TORTILLA DE PATACAS			
																LEITUGA E MILLO			
												IOGUR				LARANXA			
												Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC
												738,83	27,2	28,01	130,17	718,18	22,18	25,32	81,98
												% VET	15%	34%	70%	% VET	12%	32%	46%
27/02/2023				28/02/2023				01/03/2023				02/03/2023				03/03/2023			
CREMA DE CABAZA				FABADA															
MACARRONS CON BOLOÑESA VEXETAL				BACALLAO ESTUFADO CON PATACAS															
IOGUR				PERA															
Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC												
621,84	25,4	24,18	124,18	658,77	26,79	20,35	83,85												
% VET	16%	35%	80%	% VET	16%	28%	51%												

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
30/01/2023	31/01/2023	01/02/2023	02/02/2023	03/02/2023
		IOGUR NATURAL	QUEIXO FRESCO CON NOCES	VASO DE LEITE CON SUCRE OU MEL
		COPOS DE TRIGO	PAN FRESCO DO DÍA	COPOS DE MILLO
		KIWI	MAZÁ	ZUME LARANXA FRESCA NATURAL
			ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA	
06/02/2023	07/02/2023	08/02/2023	09/02/2023	10/02/2023
VASO DE LEITE CON SUCRE OU MEL	IOGUR NATURAL	QUEIXO FRESCO	VASO DE LEITE CON CACAO	IOGUR NATURAL
PAN FRESCO DO DÍA	BOLACHAS TIPO MARÍA	PAN FRESCO DO DÍA	CEREALES DE ARROZ	PAN FRESCO DO DÍA
PERA	KIWI	ZUME LARANXA FRESCA NATURAL	PLÁTANO	MANDARINA
ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA		ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA		ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA
13/02/2023	14/02/2023	15/02/2023	16/02/2023	17/02/2023
IOGUR NATURAL	VASO DE LEITE CON SUCRE OU MEL	QUEIXO FRESCO	VASO DE LEITE CON CACAO	IOGUR NATURAL
PAN FRESCO DO DÍA	BOLACHAS TIPO MARÍA	PAN FRESCO DO DÍA	COPOS DE MILLO	BOLACHAS TIPO MARÍA
MAZÁ	PLÁTANO	PERA	KIWI	ZUME LARANXA FRESCA NATURAL
ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA		ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA		
20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	23/02/2023	24/02/2023
			VASO DE LEITE CON CACAO	IOGUR NATURAL
VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	VACACIONS DE ENTROIDO	PAN FRESCO DO DÍA	COPOS DE TRIGO
			MANDARINA	PLÁTANO
			ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA	
27/02/2023	28/02/2023	01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023
VASO DE LEITE CON CACAO	IOGUR NATURAL			
PAN FRESCO DO DÍA	BOLACHAS TIPO MARÍA			
PERA	PLÁTANO			
ACEITE DE OLIVA V.E. E MERMELADA				

OK! OK! OK!

Planeta OK!

FERROL

serunion educa



Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
		01/02/2023 XOGOS /ACITIVADES XOGAR POR XOGAR	02/02/2023 XOGOS /ACITIVADES "ROMPENDO A RUTINA". CÁMARA, ACCIÓN.	03/02/2023 Xogo libre dirixido polos/as monitores P. Mellorar o nivel de ruído
06/02/2023 XOGOS /ACITIVADES "ROMPENDO A RUTINA". CÁMARA, ACCIÓN.	07/02/2023 Xogo libre dirixido polos/as monitores	08/02/2023 XOGOS /ACITIVADES "ROMPENDO A RUTINA". CÁMARA, ACCIÓN.	09/02/2023 XOGOS /ACITIVADES "ROMPENDO A RUTINA". CÁMARA, ACCIÓN.	10/02/2023 Xogo libre dirixido polos/as monitores BOS MODAIS NA MESA
13/02/2023 XOGOS /ACITIVADES "ROMPENDO A RUTINA". CÁMARA, ACCIÓN.	14/02/2023 Xogo libre dirixido polos/as monitores	15/02/2023 ACTIVIDADE/XOGO "ROMPENDO A RUTINA". CÁMARA, ACCIÓN.	16/02/2023 XOGOS /ACITIVADES XOGAR POR XOGAR	17/02/2023 Xogo libre dirixido polos/as monitores P. Mellorar o nivel de ruído
20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	23/02/2023 XOGOS /ACITIVADES "ROMPENDO A RUTINA". CÁMARA, ACCIÓN.	24/02/2023 Xogo libre dirixido polos/as monitores BOS MODAIS NA MESA
27/02/2023 XOGOS /ACITIVADES "ROMPENDO A RUTINA". CÁMARA, ACCIÓN.	28/02/2023 Xogo libre dirixido polos/as monitores			

ENTROIDO





Luns

Martes



PRIMARIA



Xoves

Venres

01/02/2023 02/02/2023 03/02/2023

XOGOS /ACITIVADES

XOGOS /ACITIVADES

Xogo libre dirixido polos/as monitores



XOGAR POR XOGAR



"ROMPENDO A RUTINA".
CÁMARA, ACCIÓN..



P. Mellorar o nivel de ruído

06/02/2023 07/02/2023 08/02/2023 09/02/2023 10/02/2023

XOGOS /ACITIVADES

Xogo libre dirixido polos/as monitores



XOGOS /ACITIVADES

"ROMPENDO A RUTINA". CÁMARA, ACCIÓN..



Xogo libre dirixido polos/as monitores

BOS MODAIS NA MESA

"ROMPENDO A RUTINA".
CÁMARA, ACCIÓN..

13/02/2023 14/02/2023 15/02/2023 16/02/2023 17/02/2023

XOGOS /ACITIVADES

Xogo libre dirixido polos/as monitores

ACTIVIDADE/XOGO

"ROMPENDO A RUTINA".
CÁMARA, ACCIÓN..



XOGOS /ACITIVADES

Xogo libre dirixido polos/as monitores

"ROMPENDO A RUTINA".
CÁMARA, ACCIÓN..

XOGAR POR XOGAR



P. Mellorar o nivel de ruído

20/02/2023 21/02/2023 22/02/2023 23/02/2023 24/02/2023



ENTROIDO

XOGOS /ACITIVADES

Xogo libre dirixido polos/as monitores

"ROMPENDO A RUTINA".
CÁMARA, ACCIÓN..



BOS MODAIS NA MESA

XOGOS /ACITIVADES

Xogo libre dirixido polos/as monitores

"ROMPENDO A RUTINA".
CÁMARA, ACCIÓN..





MADRUGA INFANTIL

Planeta OK!

FERROL

serunion
educa

Luns

Martes

Mércores
01/02/2023

Xoves
02/02/2023

Venres
03/02/2023
CONTOS QUE CONTAN

XOGOS /ACITIVADES

GRANDES AMIGOS/AS



06/02/2023

07/02/2023

08/02/2023

09/02/2023

10/02/2023

ACTIVIDADE

Xogo libre dirixido polos/as
monitores

XOGOS /ACITIVADES

GRANDES AMIGOS/AS



loqa



13/02/2023

14/02/2023

15/02/2023

16/02/2023

17/02/2023

ACTIVIDADE

Xogo libre dirixido polos/as
monitores

XOGOS /ACITIVADES

GRANDES AMIGOS/AS



loqa



20/02/2023

21/02/2023

22/02/2023

23/02/2023

24/02/2023

ENTROIDO



ROMPENDO A
RUTINA

XOGOS /ACITIVADES

GRANDES AMIGOS/AS



CONTOS QUE CONTAN



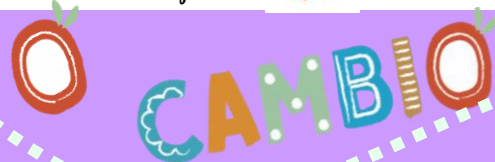
27/02/2023

28/02/2023

ACTIVIDADE

Xogo libre dirixido polos/as
monitores

loqa





MADRUGA PRIMARIA

Planeta OK!

FERROL

serunion
educa

Luns

Martes

Mércores
01/02/2023

Xoves
02/02/2023

Venres
03/02/2023
CONTOS QUE CONTAN

XOGOS /ACITIVADES

GRANDES AMIGOS/AS



06/02/2023

07/02/2023

08/02/2023

09/02/2023

10/02/2023

ACTIVIDADE

Xogo libre dirixido polos/as
monitores

XOGOS /ACITIVADES

GRANDES AMIGOS/AS



loga



13/02/2023

14/02/2023

15/02/2023

16/02/2023

17/02/2023

ACTIVIDADE

Xogo libre dirixido polos/as
monitores

XOGOS /ACITIVADES

GRANDES AMIGOS/AS



loga



20/02/2023

21/02/2023

22/02/2023

23/02/2023

24/02/2023

ENTROIDO



ROMPENDO A
RUTINA

XOGOS /ACITIVADES

GRANDES AMIGOS/AS



CONTOS QUE CONTAN



27/02/2023

28/02/2023

ACTIVIDADE

Xogo libre dirixido polos/as
monitores

loga

