

	PRIMEIRA	SEGUNDA	TERCEIRA	CUARTA
LUNS	Puré de cabaza Coliflor con chícharos, dados de tenreira (sofrito de tomate natural, cebola e allo) Froita	Potaxe de repolo Costela asada con verduras e pataca Froita	Pasta con salsa de tomate, cabaciño e cenoria Lombo en salsa (con tomate triturado e verduras) Froita	Sopa xuliana Peituga de polo con gornición de verduras e pataca Froita
PROPOSTA DE CEA	Ensalada de tomate e aguacate Tortilla francesa Froita	Lasaña de espinacas e atún Froita	Xurelo á prancha con verdura e pataca Froita	Crema de verduras Tortilla francesa de cabaza Froita
MARTES	Garavanzos con verduras Peixe espada á prancha con ensalada Froita	Ensalada de leituga, laranxa e mazá Fabas en puceiro (pataca, cenoria, porro e polo) Froita	Crema de cabaza (cabaza, porro, cebola, pataca e aceite) Bacallau con verduras e puré de pataca Froita	Ensalada morna de leituga, tomate e cabaza asada Guiso de peixe Froita
PROPOSTA DE CEA	Champiñóns salteados con pementos, tomate, arroz e tacos de tenreira Froita	Salmón con espárragos trigueiros, champiñons e patacas Froita	Fideguá con verduras e ovo cocido Froita	Crema de verduras Tenreira con espárragos verdes Froita
MÉRCORES	Coliflor ó vapor ou crema Guiso de pescada (pataca, chícharo e cenoria) Froita	Ensalada de espárragos Macarróns con atún e boloñesa (cabaciño, cenoria, berexena, aceite de oliva) Froita	Menestra con champiñóns Tenreira en salsa de verduras e pataca Froita	Crema de verduras Albóndigas con arroz e verduñas Froita
PROPOSTA DE CEA	Ensalada de leituga e piña Hamburguesa de peixe caseira Froita	Ensalada de leituga, tomate, pemento e tenreira guisada con pataca cocida Froita	Fabas brancas con verduras e tacos de pavo Froita	Verduras á grella Sardiñas con pataca Froita
XOVES	Crema de cabaza (cabaza, porro, cebola, pataca e aceite) Fideuá de polo con verduras Froita	Coliflor/brécol Arroz caldoso con verduras e carne de terneira Froita	Crema de verduras Xudías verdes con pataca e polo Froita	Caldo con pataca e fabas Robaliza con ensalada Froita
PROPOSTA DE CEA	Ensalada de queixo, tomate e noces Chipiróns á prancha Froita	Verduras salteadas Tortilla francesa Froita	Ensalada campeira (pataca cocida, pementos, tomate, cenoria e ovo cocido) Froita	Verduras á grella Pavo ao forno con pataca Froita
VENRES	Sopa de verduras Salmón con pataca, tomate e cabaciño Froita	Caldo Luras con ensalada (ensalada de leituga, cenoria e mazá...) Froita	Sopa de verduras Pizza caseira Froita	Chicharos salteados Xamonciños de polo con ensalada Froita
PROPOSTA DE CEA	Ovos revoltos con setas Froita	Ensalada de aguacate e tomate Polo con verduñas e arroz Froita	Ensalada templada de pementos Polbo á prancha con puré de pataca Froita	Ovos ao prato Froita