

MES:

ESCOLA

Luns

Martes

Mércores

Xoves

Venres

2 Lentellas estofadas con verduras Tortilla de pataca o forno con ensalada de leituga e queixo Froita e pan	3 Patacas estofadas Xudías verdes con ensalada de leituga e tomate Froita e pan integral	4 Vichyssoise de garavanzos Verduras salteadas con cenoria salteada Froita e pan	5 Crema de verduras Fabas estofadas con verduras con patacas ao vapor logur e pan	6 Paella de verduras Tortilla francesa con champiñons salteados Froita e pan
9 Salteado de minestra de verduras o allo tostado Tortilla francesa con cabaciña salteada Froita e pan	10 Fabas estofadas con verduras Verduras salteadas con ensalada de leituga, pemento e olivas negras Froita e pan integral	11 Macarróns o pesto Tortilla francesa con ensalada de leituga e cenoria logur e pan	12 FESTIVO	13 NON LECTIVO
16 Xudías verdes con tomate Tortilla francesa logur e pan	17 Espirais a napolitana Menestra de verduras con ensalada de leituga e cenoria Froita e pan integral	18 Garavanzos estofados Tortilla francesa con pisto Froita e pan	19 Patacas a rioxana Chícharos salteados con ensalda de leituga e tomate Froita e pan	20 Lentellas estofadas con arroz integral e quinoa Ensaalda completa con dados de cenoria e cabaciña Froita e pan
23 Crema de espinacas Tortilla francesa con ensalada de leituga e cenoria Froita e pan	24 Arroz tres delicias (sen ovo) Xudías verdes a plancha con champiñons salteados Froita e pan integral	25 Fabas brancas estofadas Tortilla francesa con queixo con ensalada de leituga e millo Froita e pan	26 Crema de cenoria e mazá Garavanzos salteados con arroz logur e pan	27 Salteado de brócoli con patacas Pasta con salasa de tomate Froita e pan
30	31			