

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

6 Crema de Coliflor y Manzana
 Crema de Coliflor e Mazá
 Fideuá Campesina
 Fideuá Campesiña

Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

13 Guisantes Salteados
 Chicharos Salteados
 Paella INTEGRAL de Magro y Verduras
 Paella INTEGRAL de Magro e Verduras

Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

20



Festivo
Festivo

27 Ensalada Completa con Huevo y Garbanzos
 Ensalada Completa con Ovo e Garavanzos
 Macarrones INTEGRALES con Atún
 Macarrones INTEGRAIS con Atún

Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

7 Ensalada Rusa con Guisantes
 Ensalada de Pataca e Chicharos
 Bacaladilla al Horno
 Bacaladilla ao Forno
 Verduras Asadas
 Verduras Asadas
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

14 Crema de Zanahoria ECO
 Crema de Cenoria ECO
 Pollo Asado
 Pito Asado
 Patata Cocida
 Pataca Cocida
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

21 Brócoli en Ajada
 Brócoli con allo
 Tortilla de Patata
 Tortilla de Pataca
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Ensalada de Leituga e Cenoria
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

28 Ensalada de Patata y Tomate
 Ensalada de Pataca e Tomate
 Cinta de Lomo Adobada
 Cinta de Lombo Adobado
 Zanahoria y Calabacín Salteados
 Cenoria e Cabaciña Salteados
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

1



Festivo
Festivo

8 Sopa Juliana
 Sopa Juliana
 Pollo Asado
 Pito Asado
 Arroz con Tomate
 Arroz con Tomate
 Yogur de Soja
 iogur de soia

15 Sopa de Picadillo
 Sopa de Picado
 Tortilla de Calabacín
 Tortilla de Cabaciña
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Ensalada de Leituga e Tomate
 Yogur de Soja
 iogur de soia

22 Arroz Campesina
 Arroz Campesiña
 Bacaladilla al Horno
 Bacaladilla ao Forno
 Verduras Asadas
 Verduras Asadas
 Yogur de Soja
 iogur de soia

29 Crema de Calabacín ECO con Picatostes
 Crema de Cabaciña ECO e Pan Frito
 Pollo en Pepitoria con Arroz
 Pito en Salsa e Arroz

Yogur de Soja
 iogur de soia

2

Macarrones INTEGRALES con Tomate
 Macarrones INTEGRAIS con Tomate
 Merluza en Ajada
 Pescada en con Allo e Pemento

Jardinera de Verduras
 Xardineira de Verduras
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

9 Ensalada de Alubias
 Ensalada de Fabas
 Lomo Asado
 Lombo Asado
 Calabacín Asado ECO
 Cabaciña Asada ECO
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

16 Lentejas con Verduras
 Lentellas con Verduras
 Merluza al Horno
 Pescada ao Forno
 Zanahorias Baby
 Cenorias Baby
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

23 Sopa Juliana
 Sopa Juliana
 Zorza
 Zorza
 Patatas Panadera
 Patacas Panadeira
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

30 Panaché de Verduras
 Panaché de Verduras
 Filete de Lirio en Salsa
 Filete de Lirio en Salsa
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Ensalada de Leituga e Millo
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

3

Crema de Calabacín ECO
 Crema de Cabaciña ECO
 Estofado de Pavo a la Jardinera (pimiento, champiñón, zanahoria, tomate triturado y patata)
 Estofado de Pavo á Xardineira

Fruta de Temporada
 Froita de Tempada
 Macarrones INTEGRALES Amatriciana
 Macarrones INTEGRAIS Amatriciana
 Tortilla Francesa de Atún
 Tortilla Francesa de Atún
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Ensalada de Leituga e Cenoria
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

17



Festivo
Festivo

24

Salpicón de Alubias
 Salpicón de Fabas
 Merluza en Salsa Verde con Guisantes
 Pescada en Salsa Verde Chicharos

Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

31

Lentejas Estofadas
 Lentellas Estofadas
 Magro de Cerdo Asado
 Magro de Porco Asado
 Patata Horno
 Pataca Asada
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

6 Crema de Coliflor y Manzana
Crema de Coliflor e Mazá
 Arroz Campesina
 Arroz Campesiña

Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
 Froita de Tempada e pan sen glute

13 Guisantes Salteados
 Chicharos Salteados

Paella INTEGRAL de Magro y Verduras
 Paella INTEGRAL de Magro e Verduras

Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
 Froita de Tempada e pan sen glute

20


Festivo Festivo

27 Ensalada Completa con Huevo y Garbanzos
Ensalada Completa con Ovo e Garavanzos
 Pasta S/Gluten S/Huevo al Gratén con Atún
Pasta S/Glute S/Ovo ao Gratén con Atún

Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
 Froita de Tempada e pan sen glute

7 Ensalada Rusa con Guisantes
Ensalada de Pataca e Chicharos
 Bacaladilla al Horno
Bacaladilla ao Forno
 Verduras Asadas
Verduras Asadas

Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
 Froita de Tempada e pan sen glute

14 Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO

Lacón a la Gallega con Patatas
Lacón á Galega con Patacas

Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
 Froita de Tempada e pan sen glute

21 Brócoli en Ajada
Brócoli con allo
 Tortilla de Patata
Tortilla de Pataca
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
 Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

28 Ensalada de Patata y Tomate
Ensalada de Pataca e Tomate
 Cinta de Lomo Adobada
Cinta de Lombo Adobado
 Zanahoria y Calabacín Salteados
Cenoria e Cabaciña Salteados
 Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

1


Festivo Festivo

8 Sopa Juliana
Sopa Juliana
 Pollo Asado
Pito Asado
 Arroz con Tomate
Arroz con Tomate
 Yogur y Pan S/Gluten
logur e pan sen glute

15 Sopa de Picadillo (Fideos S/Gluten)
Sopa de Picado con Ovo Cocido (Fideos S/Glute)
 Tortilla de Calabacín
Tortilla de Cabaciña
 Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
 Yogur y Pan S/Gluten
logur e pan sen glute

22 Arroz Campesina
Arroz Campesiña
 Bacaladilla al Horno
Bacaladilla ao Forno
 Verduras Asadas
Verduras Asadas
 Yogur y Pan S/Gluten
logur e pan sen glute

29 Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
 Pollo en Pepitoria con Arroz
Pito en Salsa e Arroz

Yogur y Pan S/Gluten
logur e pan sen glute

2

Pasta S/Gluten S/Huevo con Tomate
Pasta S/Glute S/Ovo con Tomate
 Merluza en Ajada
Pescada en con Allo e Pemento

Jardinera de Verduras
Xardineira de Verduras
 Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute
9 Ensalada de Alubias
Ensalada de Fabas
 Lomo Asado
Lombo Asado
 Calabacín Asado ECO
Cabaciña Asada ECO
 Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

16

Patatas Estofadas con Verduras
Patacas Estofadas con Verduras

Merluza al Horno
Pescada ao Forno
 Zanahorias Baby
Cenorias Baby
 Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

23

Sopa Juliana
Sopa Juliana
 Zorza
Zorza
 Patatas Panadera
Patacas Panadeira
 Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

30

Panaché de Verduras
Panaché de Verduras
 Filete de Lirio en Salsa
Filete de Lirio en Salsa
 Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
 Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

3

Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
 Estofado de Pavo a la Jardinera (pimiento, champiñón, zanahoria, tomate triturado y patata)
Estofado de Pavo á Xardineira

10

Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute
 Pasta S/Gluten S/Huevo Amatriciana
Pasta S/Glute S/Ovo Amatriciana
 Tortilla Francesa de Atún
Tortilla Francesa de Atún
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
 Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

17


Festivo Festivo

24

Salpicón de Alubias
Salpicón de Fabas
 Merluza en Salsa Verde con Guisantes
Pescada en Salsa Verde Chicharos

Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

31

Crema de Calabaza
Crema de Cabaza
 Magro de Cerdo Asado
Magro de Porco Asado
 Patata Horno
Pataca Asada
 Fruta de Temporada y Pan S/Gluten
Froita de Tempada e pan sen glute

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

6 Crema de Coliflor y Manzana
Crema de Coliflor e Mazá
Fideuá Campesina
Fideuá Campesiña

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

13 Guisantes Salteados
Chicharos Salteados
Paella INTEGRAL de Verduras
Paella INTEGRAL de Verduras

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

20



Festivo
Festivo

27 Ensalada Completa con Huevo y Garbanzos
Ensalada Completa con Ovo e Garavanzos
Macarrones INTEGRALES Gratinados con Atún
Macarrones INTEGRAIS Gratinados con Atún

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

7 Ensalada Rusa con Guisantes
Ensalada de Pataca e Chicharos
Bacaladilla al Horno
Bacaladilla ao Forno
Verduras Asadas
Verduras Asadas

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

14 Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO
Huevo Duro con Judías Verdes
Ovo Duro con Xudías Verdes
Patata Cocida
Patata Cocida

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

21 Brócoli en Ajada
Brócoli con allo
Tortilla de Patata
Tortilla de Pataca
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

28 Ensalada de Patata y Tomate
Ensalada de Pataca e Tomate
Tortilla Francesa con Queso
Tortilla Francesa de Queixo

Zanahoria y Calabacín Salteados
Cenoria e Cabaciña Salteados
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

1



Festivo
Festivo

8 Sopa Juliana
Sopa Juliana
Tortilla Francesa con Queso
Tortilla Francesa de Queixo
Arroz con Tomate
Arroz con Tomate

Yogur y Pan
Iogur e Pan

15 Sopa de Fideos Vegetal
Sopa de Fideos Vexetal
Tortilla de Calabacín
Tortilla de Cabaciña
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Yogur y Pan
Iogur e Pan

22 Arroz Campesina
Arroz Campesiña
Medallón de Bacalao al Horno
Medallón de Bacallau ao Forno
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Yogur y Pan
Iogur e Pan

29 Crema de Calabacín ECO con Picatostes
Crema de Cabaciña ECO e Pan Frito
Merluza al Horno
Pescada ao Forno

Arroz Pilaf
Arroz Pilaf
Yogur y Pan
Iogur e Pan

2

Macarrones INTEGRALES con Tomate
Macarrones INTEGRAIS con Tomate
Albóndigas de Merluza
Albóndegas de Pescado
Jardinera de Verduras
Xardineira de Verduras
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

9 Ensalada de Alubias
Ensalada de Fabas
Merluza al Horno
Pescada ao Forno
Calabacín Asado ECO
Cabaciña Asada ECO
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

16 Lentejas con Verduras
Lentellas con Verduras
Merluza al Horno
Pescada ao Forno
Zanahorias Baby
Cenorias Baby
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

23 Sopa Juliana
Sopa Juliana
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Patatas Panadera
Patacas Panadeira
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

30 Panaché de Verduras
Panaché de Verduras
Filete de Lirio en Salsa
Filete de Lirio en Salsa

Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

3

Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

10 Macarrones INTEGRALES con Tomate
Macarrones INTEGRAIS con Tomate
Tortilla Francesa de Atún
Tortilla Francesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

17



Festivo
Festivo

24 Salpicón de Alubias
Salpicón de Fabas
Merluza en Salsa Verde con Guisantes
Pescada en Salsa Verde Chicharos

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

31 Lentejas Estofadas
Lentellas Estofadas
Tortilla de Patata
Tortilla de Pataca

Calabacín Asado
Cabaciña Asada
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

6 Coliflor Rehogada 150g 0,5R de HC
Coliflor Rehogada

Fideuá Campesina (sin Tomate Frito)
157,5g de Pasta 3,5R de HC
Fideuá Campesiña (Sen Tomare Frito)

Fruta de Temporada y Pan 2R de HC
Froita de Tempada e Pan

13 Guisantes Salteados 100g de Guisantes 1R de HC
Chicharos Salteados
Paella INTEGRAL de Magro y Verduras
120g de Arroz INTEGRAL 3R de HC
Paella INTEGRAL de Magro e Verduras

Fruta de Temporada y Pan 2R de HC
Froita de Tempada e Pan

20



Festivo
Festivo

27 Ensalada Completa con Huevo y Garbanzos (sin Maíz) 55g de Garbanzos 1R de HC
Ensalada Completa con Ovo e Garavanzos

Macarrones INTEGRALES con Atún 135g de Pasta INTEGRAL con Tomate Triturado 3,5R de HC
Macarrones INTEGRAIS con Atún

Fruta de Temporada y Pan 2R de HC
Froita de Tempada e Pan

7 Ensalada Rusa con Guisantes 227,5g de Patata Hervida 3,5R de HC
Ensalada de Pataca e Chicharos
Bacaladilla al Horno
Bacaladilla ao Forno

Verduras Asadas
Verduras Asadas
Fruta de Temporada y Pan 2,5R de HC
Froita de Tempada e Pan

14 Crema de Zanahoria ECO 65g de Patata, 200g Zanahoria 2R de HC
Crema de Cenoria ECO
Lacón a la Gallega con Patatas 130g de Patata Hervida 2R de HC
Lacón á Galega con Patacas

Fruta de Temporada y Pan 2R de HC
Froita de Tempada e Pan

21 Brócoli en Ajada con Patata 150g de Brócoli, 65g de Patata Cocida 1,5R de HC
Brócoli con allo
Tortilla de Patata 188g de Tortilla de Patata 1,5R de HC
Tortilla de Pataca
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria

Fruta de Temporada y Pan 3R de HC
Froita de Tempada e Pan

28 Ensalada de Patata y Tomate 195g de Patata Cocida, 25g de Maíz en lata 3,5R de HC
Ensalada de Pataca e Tomate
Cinta de Lomo Adobada
Cinta de Lombo Adobado

Calabacín Asado
Cabaciña Asada

Fruta de Temporada y Pan 2,5R de HC
Froita de Tempada e Pan

1



Festivo
Festivo

8 Sopa de Fideos 90g de Pasta 2R de HC
Sopa de Fideos

Pollo Asado
Pito Asado

Arroz Pilaf 76g 2R de HC
Arroz Pilaf
Fruta de Temporada y Pan 2,5R de HC
Froita de Tempada e Pan

15 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido 90gr de pasta 2R de HC
Sopa de Picado con Ovo Cocido
Tortilla de Patata y Calabacín 150g 1,5R de HC
Tortilla de Cabaciña
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate

Fruta de Temporada y Pan 2,5R de HC
Froita de Tempada e Pan

22 Arroz Campesina 152g de Arroz 4 R de HC
Arroz Campesiña

Bacaladilla al Horno
Bacaladilla ao Forno

Verduras Asadas
Verduras Asadas

Fruta de Temporada y Pan 2R de HC
Froita de Tempada e Pan

29 Crema de Calabacín ECO 150g de Calabacín 97,5 de Patata Cocida 2R de HC
Crema de Cabaciña ECO

Pollo en Pepitoria
Pito en Salsa

Arroz Pilaf 76g 2R de HC
Arroz Pilaf

Fruta de Temporada y Pan 2R de HC
Froita de Tempada e Pan

2

Macarrones INTEGRALES con Tomate 157,5g de Pasta 50g de Tomate 4R de HC
Macarrones INTEGRAIS con Tomate
Merluza en Ajada
Pescada en con Allo e Pemento

Jardinera de Verduras (sin Patata)
Xardineira de Verduras (sen Pataca)

Fruta de Temporada y Pan 2R de HC
Froita de Tempada e Pan

9 Ensalada de Alubias 165g Alubias, 65g Patata Cocida 4R de HC
Ensalada de Fabas
Lomo Asado
Lombo Asado

Calabacín Asado ECO
Cabaciña Asada ECO
Fruta de Temporada y Pan 2R de HC
Froita de Tempada e Pan

16 Lentejas con Verduras (sin Patata) 175g de Lentejas 3,5R de HC
Lentellas con Verduras
Merluza al Horno
Pescada ao Forno

Zanahorias Baby 100g de Zanahoria 0,5 R de HC
Cenorias Baby
Fruta de Temporada y Pan 2R de HC
Froita de Tempada e Pan

23 Sopa de Fideos Vegetal 90g de Pasta 2R de HC
Sopa de Fideos Vexetal
Zorza
Zorza

Patatas Panadera 70g de Patata Asada 2 R de HC
Patacas Panadeira

Fruta de Temporada y Pan 2R de HC
Froita de Tempada e Pan

30 Panaché de Verduras 125g de Menestra, 65g de Patata Cocida 2R de HC
Panaché de Verduras

Filete de Lirio en Salsa
Filete de Lirio en Salsa

Arroz Pilaf 76g 2R de HC
Arroz Pilaf

Fruta de Temporada y Pan 2R de HC
Froita de Tempada e Pan

3

Crema de Calabacín ECO 150g de Calabacín 97,5 de Patata Cocida 2R de HC
Crema de Cabaciña ECO
Estofado de Pavo a la Jardinera SIN PATATA (pimiento, champiñón, zanahoria, tomate triturado)

Estofado de Pavo á Xardineira sen Pataca
Patata Asada 70g de Patata Aasada 2R de HC

Patata Asada
Fruta de Temporada y Pan 2R de HC
Froita de Tempada e Pan

10 Macarrones INTEGRALES con Tomate 157,5g de Pasta 50g de Tomate 4R de HC
Macarrones INTEGRAIS con Tomate
Tortilla Francesa de Atún
Tortilla Francesa de Atún

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan 2R de HC
Froita de Tempada e Pan



Festivo
Festivo

17 Salpicón de Alubias 165g de Alubias, 32,5g de Patata Cocida 3,5R de HC
Salpicón de Fabas
Merluza en Salsa Verde con Guisantes 50g de Guisantes 0,5 R de HC
Pescada en Salsa Verde Chicharos

24

Fruta de Temporada y Pan 2R de HC
Froita de Tempada e Pan
Lentejas Estofadas con Verduras (sin Patata) 150g de lentejas 3R de HC
Lentellas Estofadas con Verduras

Magro de Cerdo Asado
Magro de Porco Asado

Patata Horno 35g de Patata Horno 1R de HC
Patata Asada
Fruta de Temporada y Pan 2R de HC
Froita de Tempada e Pan

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

6 Crema de Coliflor y Manzana
Crema de Coliflor e Mazá
Fideuá Campesina
Fideuá Campesiña

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

13 Guisantes Salteados
Chicharos Salteados
Pasta INTEGRAL con Magro y Verduras
Pasta INTEGRAL con Magro e Verduras

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

20



Festivo
Festivo

27 Ensalada Completa con Huevo y Garbanzos
Ensalada Completa con Ovo e Garavanzos
Macarrones INTEGRALES Gratinaos con Atún
Macarrones INTEGRAIS Gratinaos con Atún

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

7 Ensalada Rusa con Guisantes
Ensalada de Pataca e Chicharos
Bacaladilla al Horno
Bacaladilla ao Forno
Verduras Asadas
Verduras Asadas

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

14 Judías Verdes Rehogadas con Ajo
Xudías Verdes Rehogadas con Allo
Lacón a la Gallega con Patatas
Lacón á Galega con Patacas

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

21 Brócoli en Ajada
Brócoli con allo

Tortilla de Patata
Tortilla de Pataca
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

28 Ensalada de Patata y Tomate
Ensalada de Pataca e Tomate
Cinta de Lomo Adobada
Cinta de Lombo Adobado

Zanahoria y Calabacín Salteados
Cenoria e Cabaciña Salteados
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

1



Festivo
Festivo

8 Sopa Juliana
Sopa Juliana
Pollo Asado
Pito Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Yogur y Pan
Iogur e Pan

15 Sopa de Fideos Vegetal
Sopa de Fideos Vexetal
Tortilla de Calabacín
Tortilla de Cabaciña
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Yogur y Pan
Iogur e Pan

22 Verduras Asadas (Calabacín, Cebolla,
Judías verdes, Puerro)
Verduras Asadas
Medallón de Bacalao al Horno
Medallón de Bacallau ao Forno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Yogur y Pan
Iogur e Pan

29 Crema de Calabacín ECO con Picatostes
Crema de Cabaciña ECO e Pan Frito
Pollo en Pepitoria
Pito en Salsa

Champiñones Rehogados
Champiñóns Rehogados
Yogur y Pan
Iogur e Pan

2

Macarrones INTEGRALES con Tomate
Macarrones INTEGRAIS con Tomate
Albóndigas de Merluza
Albóndegas de Pescado

Jardinera de Verduras
Xardineira de Verduras
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

9 Ensalada de Alubias
Ensalada de Fabas
Lomo Asado
Lombo Asado
Calabacín Asado ECO
Cabaciña Asada ECO
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

16 Lentejas con Chorizo
Lentellas con Chourizo
Merluza al Horno
Pescada ao Forno
Zanahorias Baby
Cenorias Baby
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

23 Sopa Juliana
Sopa Juliana

Zorza
Zorza
Patatas Panadera
Patacas Panadeira
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

30 Panaché de Verduras
Panaché de Verduras
Filete de Lirio en Salsa
Filete de Lirio en Salsa

Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

3

Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
Estofado de Pavo a la Jardinera (pimiento,
champiñón, zanahoria, tomate triturado y
patata)
Estofado de Pavo á Xardineira

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Macarrones INTEGRALES Amatriciana
Macarrones INTEGRAIS Amatriciana
Tortilla Francesa de Atún
Tortilla Francesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

17



Festivo
Festivo

24 Salpicón de Alubias
Salpicón de Fabas

Merluza en Salsa Verde con Guisantes
Pescada en Salsa Verde Chicharos

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

31 Lentejas Estofadas
Lentellas Estofadas
Albóndigas Mixtas con Patata al Horno
Albóndegas Mixtas con Pataca ao Forno

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

6 Crema de Coliflor y Manzana
Crema de Coliflor e Mazá
Fideuá Campesina
Fideuá Campesiña

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

13 Guisantes Salteados
Chicharos Salteados
Paella INTEGRAL de Magro y Verduras
Paella INTEGRAL de Magro e Verduras

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

20



Festivo
Festivo

27 Ensalada Completa con Huevo y Garbanzos
Ensalada Completa con Ovo e Garavanzos
Macarrones INTEGRALES Gratinaos con Atún
Macarrones INTEGRAIS Gratinaos con Atún

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

7 Ensalada Rusa con Guisantes
Ensalada de Pataca e Chicharos
Bacaladilla al Horno
Bacaladilla ao Forno
Verduras Asadas
Verduras Asadas

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

14 Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO
Lacón a la Gallega con Patatas
Lacón á Galega con Patacas

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

21 Brócoli en Ajada
Brócoli con allo
Tortilla de Patata
Tortilla de Pataca
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

28 Ensalada de Patata y Tomate
Ensalada de Pataca e Tomate
Cinta de Lomo Adobada
Cinta de Lombo Adobado

Zanahoria y Calabacín Salteados
Cenoria e Cabaciña Salteados
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

1



Festivo
Festivo

8 Sopa Juliana
Sopa Juliana
Pollo Asado
Pito Asado
Arroz con Tomate
Arroz con Tomate
Yogur y Pan
Iogur e Pan

15 Sopa de Picadillo
Sopa de Picado
Tortilla de Calabacín
Tortilla de Cabaciña
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Yogur y Pan
Iogur e Pan

22 Arroz Campesina
Arroz Campesiña
Medallón de Bacalao al Horno
Medallón de Bacallau ao Forno
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Yogur y Pan
Iogur e Pan

29 Crema de Calabacín ECO con Picatostes
Crema de Cabaciña ECO e Pan Frito
Pollo en Pepitoria con Arroz
Pito en Salsa e Arroz

Yogur y Pan
Iogur e Pan

2

Macarrones INTEGRALES con Tomate
Macarrones INTEGRAIS con Tomate
Albóndigas de Merluza
Albóndegas de Pescado

Jardinera de Verduras
Xardineira de Verduras
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

9 Ensalada de Alubias
Ensalada de Fabas
Lomo Asado
Lombo Asado
Calabacín Asado ECO
Cabaciña Asada ECO
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

16 Patatas Estofadas con Verduras
Patacas Estofadas con Verduras
Merluza al Horno
Pescada ao Forno
Zanahorias Baby
Cenorias Baby
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

23 Sopa Juliana
Sopa Juliana
Zorza
Zorza
Patatas Panadera
Patacas Panadeira
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

30 Panaché de Verduras
Panaché de Verduras
Filete de Lirio en Salsa
Filete de Lirio en Salsa

Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

3

Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
Estofado de Pavo a la Jardinera (pimiento, champiñón, zanahoria, tomate triturado y patata)
Estofado de Pavo á Xardineira

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Macarrones INTEGRALES Amatriciana
Macarrones INTEGRAIS Amatriciana
Tortilla Francesa de Atún
Tortilla Francesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

17



Festivo
Festivo

24 Salpicón de Alubias
Salpicón de Fabas
Merluza en Salsa Verde con Guisantes
Pescada en Salsa Verde Chicharos

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

31

Crema de Calabaza
Crema de Cabaza
Albóndigas Mixtas con Patata al Horno
Albóndegas Mixtas con Pataca ao Forno

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Lunes - Luns

Martes - Martes

Miercoles - Mércores

Jueves - Xoves

Viernes - Venres

6 Crema de Coliflor y Manzana (sin Sal)
Crema de Coliflor e Mazá (sen Sal)

Fideuá Campesina (sin Tomate Frito, sin Sal)
Fideuá Campesiña (Sen Tomare Frito, sen Sal)

13 Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Guisantes Salteados sin Sal
Chicharos Salteados sen Sal

Paella INTEGRAL de Magro y Verduras (sin Sal)
Paella INTEGRAL de Magro e Verduras (sen Sal)

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

20



Festivo
Festivo

27 Ensalada Completa con Huevo y Garbanzos (sin Sal)
Ensalada Completa con Ovo e Garavanzos (sen Sal)
Macarrones INTEGRALES con Tomate Triturado sin Sal
Macarrones INTEGRAIS con Tomate Caseiro sen Sal

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

7 Ensalada Rusa con Guisantes (sin Sal, ni Mayonesa)
Ensalada de Pataca e Chicharos (sen Sal nin maionesa)
Bacaladilla al Horno sin Sal
Bacaladilla ao Forno sen Sal

Verduras Asadas sin Sal
Verduras Asadas sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

14 Crema de Zanahoria ECO sin Sal
Crema de Cenoria ECO sen Sal

Cinta de Lomo al Horno sin Sal
Cinta de Lombo ao Forno sen Sal

Patata Asada sin Sal
Pataca Asada sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

21 Brócoli en Ajada sin Sal
Brócoli con allo sen Sal

Tortilla Francesa Casera sin Sal
Tortilla Francesa Caseira sen Sal

Ensalada de Lechuga y Zanahoria sin Sal
Ensalada de Leituga e Cenoria sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

28 Ensalada de Patata y Tomate (sin Sal)
Ensalada de Pataca e Tomate (sen Sal)

Cinta de Lomo al Horno sin Sal
Cinta de Lombo ao Forno sen Sal

Zanahoria y Calabacín Salteados sin Sal
Cenoria e Cabaciña Salteados sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

1



Festivo
Festivo

8 Sopa Juliana (sin Sal)
Sopa Juliana (Sen Sal)

Pollo Asado sin Sal
Pito Asado sen Sal

15 Sopa de Fideos Vegetal (sin Sal)
Sopa de Fideos Vexetal (sen sal)

Tortilla Francesa de Calabacín (sin Sal)
Tortilla Francesa de Cabaciña (sen Sal)

Ensalada de Lechuga y Tomate sin Sal
Ensalada de Leituga e Tomate sen Sal
Yogur y Pan
logur e Pan

22 Arroz Campesina (sin Tomate Frito, sin Sal)
Arroz Campesiña (sen Tomate Frito, sen Sal)

Bacaladilla al Horno sin Sal
Bacaladilla ao Forno sen Sal

Verduras Asadas sin Sal
Verduras Asadas sen Sal
Yogur y Pan
logur e Pan

29 Crema de Calabacín ECO sin Sal
Crema de Cabaciña ECO sen Sal

Pollo en Pepitoria con Arroz (sin Sal)
Pito en Salsa e Arroz (sen Sal)

Yogur y Pan
logur e Pan

2

Macarrones INTEGRALES con Tomate Triturado sin Sal
Macarrones INTEGRAIS con Tomate Caseiro sen Sal
Merluza en Ajada sin Sal
Pescada en con Allo e Pemento sen Sal
Jardinera de Verduras sin Sal
Xardineira de Verduras sen Sal

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Ensalada de Alubias (sin Sal)
Ensalada de Fabas (sen Sal)

9

Lomo Asado sin Sal
Lombo Asado sen Sal

16 Lentejas con Verduras (sin Tomate Frito sin Sal)

Lentellas con Verduras (sen Tomate Frito nin Sal)
Merluza al Horno sin Sal
Pescada ao Forno sen Sal

Zanahorias Baby sin Sal
Cenorias Baby sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

23 Sopa Juliana (sin Sal)
Sopa Juliana (Sen Sal)

Cinta de Lomo al Horno sin Sal
Cinta de Lombo ao Forno sen Sal

Patatas Panadera sin Sal
Patacas Panadeira sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

30 Panaché de Verduras sin Sal
Panaché de Verduras sen Sal

Filete de Lirio en Salsa sin Sal
Filete de Lirio en Salsa sen Sal

Ensalada de Lechuga y Maíz sin Sal
Ensalada de Leituga e Millo sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

3

Crema de Calabacín ECO sin Sal
Crema de Cabaciña ECO sen Sal

Estofado de Pavo a la Jardinera sin Sal
Estofado de Pavo á Xardineira sen Sal

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
Macarrones INTEGRALES con Tomate Triturado sin Sal
Macarrones INTEGRAIS con Tomate Caseiro sen Sal
Tortilla Francesa Casera sin Sal
Tortilla Francesa Caseira sen Sal

10

Ensalada de Lechuga y Zanahoria sin Sal
Ensalada de Leituga e Cenoria sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan



Festivo
Festivo

17

24 Salpicón de Alubias (sin Sal)
Salpicón de Fabas (sen Sal)

Merluza en Salsa Verde con Guisantes sin Sal
Pescada en Salsa Verde Chicharos sen Sal

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

31

Lentejas Estofadas con Verduras (sin Tomate Frito, sin Sal)
Lentellas Estofadas con Verduras (sen tomate frito, sen Sal)
Magro de Cerdo Asado sin Sal
Magro de Porco Asado sen Sal

Patata Horno sin Sal
Pataca Asada sen Sal
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan