

CALENDARIO DE ROTACIONS MENÚS

XANEIRO

	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
semana 1	8	9	10	11	12
semana 2	15	16	17	18	19
semana 3	22	23	24	25	26
semana 4	29	30	31		

FEBREIRO

	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
semana 4				1	2
semana 5	5	6	7	8	9
semana 1				15	16
semana 2	19	20	21	22	23
semana 3	26	27	28	29	

MARZO

	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
semana 3					1
semana 4	4	5	6	7	8
semana 5	11	12	13	14	15
semana 1	18	19	20	21	22

MENÚ CELIACO

SEMANA 1				
GARAVANZOS ESTOFADAS CON PATACA E VERDURAS (CEBOLA, PEMENTO E CENORIA)	POTAXE DE XUDÍAS CON PATACA, PEMENTO E CEBOLA	CREMA DE CENORIA, CEBOLA E ALLO PORRO	SOPA DE FIDEO SEN GLUTE E OVO COCIDO	CREMA DE CABAZA
TORTILLA PAISANA (PATACA, CEBOLA E CABACIÑA)	ABADEIXO AO FORNO CON PATACAS	MACARRÓNS SEN GLUTE CON TENREIRA PICADA E SALSA DE TOMATE	COELLO AO FORNO CON VERDURAS E ARROZ	PESCADA Á GALEGA (AOVE E PIMENTÓN) CON PATACA COCIDA
MAZÁ	LARANXA	PIÑA	IOGUR	PLÁTANO
SEMANA 2				
MENESTRA DE VERDURAS (CENORIA, CHICHARO, XUDIA E PATACA) CON OVO COCIDO	PASTA SEN GLUTE CON CENORIA, MILLO E OLIVA	CREMA DE CENORIA E CEBOLA	POTAXE DE CABAZA CON ALUBIAS	BRÓCOLI COCIDO CON ALLO AOVE E PIMENTÓN
GARAVANZOS CON XAMÓN, CENORIA, PEMENTO, TOMATE E CEBOLA	ARROZ MARIÑEIRO (PESCADA)	ESPAGUETE SEN GLUTE CON ATÚN E SALSA DE TOMATE	ABADEIXO EN SALSA VERDE (AOVE, CHICHARO, CEBOLA) CON PATACAS	GUISO DE POLO CON PATACAS E CENORIA
MAZÁ	PERA	IOGUR	MANDARINA	LARANXA
SEMANA 3				
CREMA DE CABAZA, ALLO PORRO E CEBOLA	POTAXE DE FABAS CON VERDURAS (CENORIA, CEBOLA, COLIFLOR, XUDÍAS) E PATACA	BRÓCOLI CON ATÚN	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON VERDURAS
POLO CON ARROZ E VERDURAS (CHICHAROS, CEBOLA, PEMENTO, CENORIA E TOMATE)	PESCADA Á GALEGA (AOVE E PIMENTÓN) CON PATACA COCIDA	GUISO DE PATACAS CON CALAMARES	GUISO DE PAVO CON VERDURAS E PASTA SEN GLUTE	TENREIRA GUISADA CON CHAMPIÑÓN E ARROZ
IOGUR	PERA	LARANXA	PLÁTANO	MAZÁ
SEMANA 4				
CHICHAROS CON XAMÓN	SOPA DE FIDEOS SEN GLUTE CON CENORIA E CEBOLA	TOSTA SEN GLUTE DE ATÚN	CREMA DE XUDÍAS, CABACIÑA, CEBOLA E PATACA	GARAVANZOS CON CENORIA, ALLO PORRO, COLIFLOR E XUDÍAS
TORTILLA DE PATACAS	ALBÓNDEGAS DE POLO CON ARROZ	CALDO GALEGO DE GRELOS, POLO, PATACA, FABA E CHOURIZO	ABADEIXO CON VERDURAS AO FORNO E PATACA	PASTA SEN GLUTE CON SALSA DE TOMATE E PAVO
PLÁTANO	LARANXA	MAZÁ	IOGUR	PIÑA
SEMANA 5				
MENESTRA DE VERDURAS (CENORIA, CHICHARO, XUDÍA, PATACA)	CREMA DE CABACIÑA E CABAZA	XUDÍAS VERDES CON OVO	CREMA DE VERDURAS (CHICHAROS, CENORIA, XUDIA, COL, COLILFOR)	GUISO DE ALUBIAS CON QUINOA E VERDURAS (CENORIA, CABACIÑA, PEMENTO, CEBOLA)
FIDEOS SEN GLUTE CON VERDURAS (TOMATE, CABACIÑA, PEMENTO) E POLO	PESCADA Á ROMANA (MAICENA E OVO) CON ARROZ	PASTA SEN GLUTE Á BOLOÑESA	LOMBO DE PORCO CON TOMATE NATURAL E ARROZ	PESCADA Á PRANCHA CON ENSALADA DE TOMATES E LEITUGA
PERA	MANDARINA	IOGUR	PLÁTANO	LARANXA