

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
27/11/2023	28/11/2023	29/11/2023	30/11/2023	01/12/2023
				CREMA DE COLIFLOR E MAZA
				GUIISO DE PORCO CON PATACAS
				KIWI
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>				Vaso de leite, pan con aceite de oliva e queixo fresco. Froita
				Lasaña de atún e espinacas
				Lácteo
04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023
CREMA DE CABACIÑA	GARAVANZOS ESTUFADOS			
MACARRONS INTEGRAIS CON BOLOÑESA VEXETAL	TORTILLA DE ATÚN	FESTIVO	NON LECTIVO	FESTIVO
	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E CENORIA			
PERA	IOGUR NATURAL			
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>				
Vaso de leite, pan integral con aceite de oliva e peituga de pavo. Zume de laranxa natural	Vaso de leite, cereais con mel. Froita			
Verduras con magro salteado e patacas	Xudias verdes con dados de tenreira			
Lácteo	Froita			
11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023
SOPA DE CABELLIN	FABAS ESTUFADAS	CREMA CAMPEIRA	GARAVANZOS CON ESPINACAS	TALLARINS CON TOMATE
PESCADA EN SALSA DE TOMATE E ALBAHACA	LOMBO NATURAL ADUBADO	FIDEUA DE POLO	TORTILLA DE PATACA	XARDA A MARIÑEIRA
ARROZ INTEGRAL CON VERDURAS	PATACAS GUIADAS		ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA, MILLO E CENORIA	BRECOL E CENORIA
MAZA	KIWI	PERA	IOGUR NATURAL	MANDARINA
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>				
Vaso de leite, cereais de arroz inflado. Zume de laranxa natural	Vaso de leite, pan con xamón cocido. Froita	Vaso de leite, bolachas tipo maria con marmelada e manteiga. Froita	Vaso de leite, pan multicereais con queixo. Froita	Vaso de leite con cereais. Froita
Minestra de verduras con taquiños de lombo	Tortilla de berenxena con ensalada de tomate	Brocoli salteado con bacallao e pataca	Rapante con patacas e bastonciños de cabaciña	Verduras guisadas con dados de lombo
Lácteo	Lácteo	Lácteo	Froita	Lácteo
18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023
CREMA DE CABAZA	LENTELLAS VEXETAIS	CALDO GALEGO	SOPA DE ESTRELIÑAS	
POLO AS FINAS HERBAS	PESCADA O FORNO	ALBONDEGAS EN SALSA DE TOMATE	RAGOUT DE PORCO CON CHAMPIÑONS, CENORIAS E PATACAS	Boas Festas
PATACAS	CODIÑOS CON ALLO E PEREXIL	ARROZ INTEGRAL		
PERA	IOGUR NATURAL	PLATANO	LARANXA	
<i>Almorzo e cea recomendado.</i>				
Vaso de leite con cereais de avena. Froita	Iogur natural, pan tostado con tomate e aceite de oliva. Froita	Vaso de leite, biscoito caseiro e froita	Vaso de leite, bolachas tipo maria. Zume de laranxa	
Tortilla francesa con ensalada variada	Peituga de pavo a prancha con ensalada de tomate	Arroz salteado con taquiños de salmón e berenxena	Pescada con salteado de brocoli	
Lácteo	Froita	Lácteo	Froita	