

culinaria

MARZO 2022

Menú Enteiro



iuns / lunes



martes



mércores / miércoles



xoves / jueves



venues / viernes



Menestra tricolor

Fideuá con bacallau

Froita de tempada

Crema de alipoporro

Raxo con pataca, pementos e chícharos

Iogur

Sopa cuscús con cenoria

Pescada á romana con patacas e brécol

Froita de tempada

Lentellas vexetáis

Muslo de polo con pisto e arroz

Iogur

Crema de coliflor e cenoria

Albóndegas mixtas con patacas

Iogur

Sopa chuvia

Pescada á gallega

Froita de tempada

Crema de garavanzos

Xamón braseado con arroz

Iogur

Xudías guisadas con ovo

Macarróns con atún

Froita de tempada

Sopa de estrelas

Polo ao forno con patacas e tomate

Iogur

Crema de cabaza

Tortilla de pataca con chícharos

Iogur

Sopa de fideos

Bacallau con coliflor e cachelos

Froita de tempada

Refogado de verduras

Pasta boloñesa

Iogur

Sopa cuscús

Pescada á romana con patacas e xudías

Froita de tempada

Fabas vexetáis

Paella de polo

Iogur

Crema de xudías e cenorias

Tenreira con patacas e verduras

Iogur

Sopa de estrelas con cabaciña

Pescada á mariñeira

Froita de tempada

Caldo galego

Albóndegas mixtas con arroz

Iogur

Empanada de atún

Pasta con brócoli e ovo

Froita de tempada

Sopa de letras

Estufado de pavo con patacas e pementos

Iogur

Crema de cabaciña

Tortilla de pataca con cenorias baby

Iogur

Potaxe de garavanzos

Pasta con peixe

Froita de tempada

Sopa de estrelas

Raxo con patacas e pementos

Iogur

Fideuá vexetal

Pescada á romana con tomate

Froita de tempada



Culinaria

MARZO 2022

Menú Enteiro

INTOLACTOSA



iuns / lunes



martes



mércores / miércoles



xoves / jueves



venues / viernes



1 Menestra tricolor

2 Crema de alipoporro

3 Sopa cuscús con cenoria

4 Lentellas vexetáis

Fideuá con bacallau

Raxo con pataca, pementos e chícharos

Pescada á romana con patacas e brécol

Muslo de polo con pisto e arroz

Froita de tempada

Iogur de soia

Iogur de soia

7 Crema de coliflor e cenoria

8 Sopa chuvia

9 Crema de garavanzos

10 Xudías guisadas con ovo

11 Sopa de estrelas

Albóndegas mixtas con patacas

Pescada á gallega

Xamón braseado con arroz

Macarróns con atún

Polo ao forno con patacas e tomate

Iogur de soia

Froita de tempada

Iogur de soia

Iogur de soia

14 Crema de cabaza

15 Sopa de fideos

16 Refogado de verduras

17 Sopa cuscús

18 Fabas vexetáis

Tortilla de pataca con chícharos

Bacallau con coliflor e cachelos

Pasta boloñesa

Pescada á romana con patacas e xudías

Paella de polo

Iogur de soia

Froita de tempada

Iogur de soia

Iogur de soia

21 Crema de xudías e cenorias

22 Sopa de estrelas con cabaciña

23 Caldo galego

24 Empanada de atún

25 Sopa de letras

Tenreira con patacas e verduras

Pescada á mariñeira

Albóndegas mixtas con arroz

Pasta con brócoli e ovo

Estufado de pavo con patacas e pementos

Iogur de soia

Froita de tempada

Iogur de soia

Iogur de soia

28 Crema de cabaciña

29 Potaxe de garavanzos

30 Sopa de estrelas

31 Fideuá vexetal

Tortilla de pataca con cenorias baby

Pasta con peixe

Raxo con patacas e pementos

Pescada á romana con tomate

Iogur de soia

Froita de tempada

Iogur de soia

Froita de tempada



culinaria

MARZO 2022

Menú Triturado



luns / lunes



martes



mércores / miércoles



xoves / jueves



venues / viernes



Puré de pavo con cabaciña, cenorías, cabaza, patatas e aceite de oliva

Iogur natural



Puré de tenreira con xudía, cenoria, chícharos, patata e aceite de oliva

Iogur natural



Puré de tenreira con xudías, cenorias, chícharos, patata e aceite de oliva

Iogur natural



Puré de tenreira con xudías, cabaza, cenoria, aloporro, patatas e aceite de oliva

Iogur natural

Puré de pescada con xudías, cenoria, cebola, patata e aceite de oliva

Puré de froitas

Puré con bacallau, xudía, patata, cabaza e aceite de oliva

Puré de froitas

Puré de pescada con cabaciña, cabaza, aloporro, arroz e aceite de oliva

Puré de froitas

Puré con bacallau, cabaciña, tomate, cenoria, aloporro, patata e aceite de oliva

Puré de froitas

Puré de pavo con cabaciña, cabaza, xudías, arroz e aceite de oliva

Iogur natural

Puré de polo con chícharos, cenorías, aloporro, arroz e aceite de oliva

Iogur natural

Puré de pavo con chícharos, cenorías, cabaciña, patatas e aceite de oliva

Iogur natural

Puré con bacallau con lentella, cabaciña, cenoria, cebola, patata e aceite de oliva

Puré de froitas

Puré de pescada con cabaza, cenoria, aloporro, patata e aceite de oliva

Puré de froitas

Puré de pescada, xudía, aloporro, patata e aceite de oliva

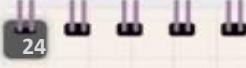
Puré de froitas

Puré de polo con xudías, aloporro, tomate, patata e aceite de oliva

Iogur natural

Puré de tenreira con xudía, cabaciña, cabaza, patata e aceite de oliva

Iogur natural



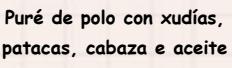
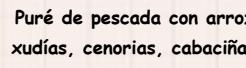
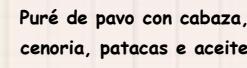
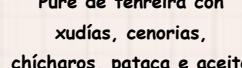
Iogur natural

Puré de froitas

Iogur natural

Puré de froitas

Iogur natural



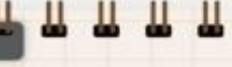
Iogur natural

Puré de froitas

Iogur natural

Puré de froitas

Iogur natural



Iogur natural

Puré de froitas

Iogur natural

Puré de froitas

Iogur natural