



luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
				1 Sopa de estrelas Polo ao forno con patacas e tomate Iogur
4 Crema de cabaza Tortilla de pataca con chícharos Iogur	5 Refogado de verduras Paxariñas con abadexo Froita de tempada	6 Fabas vexetáis Paella de polo Iogur	7 Sopa cuscús Pescada á romana con patacas e xudías Froita de tempada	8 Ensalada de arroz primavera Estufado de pavo con patacas e pementos Iogur
11 Crema de xudías e cenorias Tenreira con patacas e verduras Iogur	12 Sopa de estrelas con cabaciña Pescada á mariñeira Froita de tempada	13 Ensaladilla rusa Albóndegas mixtas con arroz Iogur	14 Empanada de carne Pasta con brócoli e ovo Froita de tempada	15 Sopa de letras Rotti de polo con patacas e xudías Iogur
18 Arroz tres delicias Tortilla de patacas Iogur	19 Potaxe de garavanzos Pasta con peixe (salmón e pescada) Froita de tempada	20 Sopa de estrelas Raxo con patacas e pementos Iogur	21 Ensalada de pasta Pescada á romana con tomate Froita de tempada	22 Crema de cabaza e pera Paella de polo e tenreira Iogur
25 FESTIVO	26 Xudías con xamón Macarróns con atún Froita de tempada	27 Lentellas vexetais Milanesa de polo con arroz Iogur	28 Fideuá vexetal Pescada en salsa con cachelos Froita de tempada	29 Empanada de polo Tortilla de pataca Crema bombón de chocolate





luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
				1 Sopa de estrelas (sen ovo) Polo ao forno con patacas e tomate Iogur de soia
4 Crema de cabaza Pavo estufado de pataca con chícharos Iogur de soia	5 Refogado de verduras Paxariñas con abadexo (sen ovo) Froita de tempada	6 Fabas vexetáis Paella de polo Iogur de soia	7 Sopa cuscús (sen ovo) Pescada con patacas e xudías Froita de tempada	8 Ensalada de arroz primavera (sen ovo) Estufado de pavo con patacas e pementos Iogur de soia
11 Crema de xudías e cenorias Tenreira con patacas e verduras Iogur de soia	12 Sopa de estrelas con cabaciña (sen ovo) Pescada á mariñeira Froita de tempada	13 Ensaladilla rusa Albóndegas mixtas con arroz Iogur de soia	14 Empanada de carne (sen ovo) Pasta con brócoli (sen ovo) Froita de tempada	15 Sopa de letras (sen ovo) Rotti de polo con patacas e xudías (sen ovo) Iogur de soia
18 Arroz con verduras (sen ovo) Tenreira con patacas Iogur de soia	19 Potaxe de garavanzos Pasta con peixe (salmón e pescada) (sen ovo) Froita de tempada	20 Sopa de estrelas (sen ovo) Raxo con patacas e pementos Iogur de soia	21 Ensalada de pasta (sen ovo) Pescada con tomate (sen ovo) Froita de tempada	22 Crema de cabaza e pera Paella de polo e tenreira Iogur de soia
25 FESTIVO	26 Xudías con xamón Macarróns con atún (sen ovo) Froita de tempada	27 Lentellas vexetais Polo á prancha con arroz Iogur de soia	28 Fideuá vexetal (sen ovo) Pescada en salsa con cachelos Froita de tempada	29 Empanada de polo (sen ovo) Tenreira guisada con patacas Crema bombón de chocolate







luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
				1 Sopa de estrelas Polo ao forno con patacas e tomate Iogur de soia
4 Crema de cabaza Tortilla de pataca con chícharos Iogur de soia	5 Refogado de verduras Paxariñas con abadexo Froita de tempada	6 Fabas vexetáis Paella de polo Iogur de soia	7 Sopa cuscús Pescada á romana con patacas e xudías Froita de tempada	8 Ensalada de arroz primavera Estufado de pavo con patacas e pementos Iogur de soia
11 Crema de xudías e cenorias Tenreira con patacas e verduras Iogur de soia	12 Sopa de estrelas con cabaciña Pescada á mariñeira Froita de tempada	13 Ensaladilla rusa Albóndegas mixtas con arroz Iogur de soia	14 Empanada de carne Pasta con brócoli e ovo Froita de tempada	15 Sopa de letras Rotti de polo con patacas e xudías Iogur de soia
18 Arroz tres delicias Tortilla de patacas Iogur de soia	19 Potaxe de garavanzos Pasta con peixe (salmón e pescada) Froita de tempada	20 Sopa de estrelas Raxo con patacas e pementos Iogur de soia	21 Ensalada de pasta Pescada á romana con tomate Froita de tempada	22 Crema de cabaza e pera Paella de polo e tenreira Iogur de soia
25 FESTIVO	26 Xudías con xamón Macarróns con atún Froita de tempada	27 Lentellas vexetais Milanesa de polo con arroz Iogur de soia	28 Fideuá vexetal Pescada en salsa con cachelos Froita de tempada	29 Empanada de polo Tortilla de pataca Iogur de soia





luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
				1 Puré de tenreira con xudías, cabaciña, cabaza, pataca e aceite de oliva  Iogur
4 Puré de tenreira con xudías, cenorias, chicharos, pataca e aceite de oliva  Iogur	5 Puré de pescada con cabaciña, cabaza, porros, arroz e aceite de oliva  Froita de tempada	6 Puré de pavo con chicharos, cenorias, cabaciña, patacas e aceite de oliva  Iogur	7 Puré de pescada, xudia alporro, pataca e aceite de oliva  Froita de tempada	8 Puré de polo con cabaza, cabaciña, cenorias, alporro, pataca e aceite de oliva  Iogur
11 Puré de tenreira con xudías, cenorias, chicharos, pataca e aceite de oliva  Iogur	12 Puré de bacallao e fogonero con cabaciña, tomate, cenoria, alporro, pataca e aceite de oliva  Froita de tempada	13 Puré de pavo con cabaza, cenoria, patacas e aceite de oliva  Iogur	14 Puré de pescada con arroz, xudías, cenorias, cabaciña e aceite de oliva  Froita de tempada	15 Puré de polo con xudías, patacas, cabaza e aceite de oliva  Iogur
18 Puré de tenreira con xudías, cabaza, cenoria, alporro, patacas e aceite de oliva  Iogur	19 Puré de pescada con xudia, cabaza, cabaciña, arroz e aceite de oliva  Froita de tempada	20 Puré de pavo con cenoria, alporro, cabaciña, patacas e aceite de oliva  Iogur	21 Puré de pescada con lentella, cabaciña, cabaza, cebola, patacas e aceite de oliva  Froita de tempada	22 Puré de polo con cabaciña, cenoria, cebola, arroz e aceite de oliva  Froita de tempada
25 FESTIVO	26 Puré de bacallao e fogonero con chicharos, cenorias, xudia, cebola, patacas e aceite de oliva  Froita de tempada	27 Puré de polo con cabaciña, cenorias, tomate, cebola, pataca e aceite de oliva  Iogur	28 Puré de pescada con xudías, cabaza, alporro, pataca e aceite de oliva  Froita de tempada	29 Puré de tenreira con arroz, cabaza, cabaciña, cenorias, alporro e aceite de oliva  Iogur

