



luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
			1	2 Ensalada de arroz Estufado de pavo con patatas e pementos Iogur
5 Crema de xudías e cenorias Tenreira con patacas e verduras Iogur	6 Sopa de estrelas con cabaciña Pescada á mariñeira Froita de tempada	7 Chícharos salteados Albóndegas mixtas con arroz Iogur	8 Empanada de atún Pasta con brócoli e ovo Froita de tempada	9 Sopa de letras Rotti de polo con patacas e xudías Iogur
12 Arroz tres delicias Tortilla de pataca Iogur	13 Potaxe de garavanzos Pasta con peixe (salmón e pescada) Froita de tempada	14 Sopa de estrelas Raxo con patacas e pementos Iogur	15 Ensalada de pasta tricolor Pescada á romana con tomate Froita de tempada	16 Crema de cabaza e pera Paella de polo e tenreira Iogur
19 Sopa de vexetáis Pavo con patacas e chícharos Iogur	20 Xudías con ovo Macarróns con atún Froita de tempada	21 Lentellas vexetáis Milanesa de polo con arroz Iogur	22 Fideuá vexetal Pescada en salsa con cachelos Froita de tempada	23 Sopa de fideos Xamón braseado con patacas e cenorias Iogur
26 Empanada de polo Tortilla de pataca con chícharos Iogur	27 Crema de garavanzos Fideuá de bacallau Froita de tempada	28 Sopa cuscús con cenoria Estufado de pavo con patacas e pementos Iogur	29 Menestra tricolor Pescada á romana con arroz Froita de tempada	30 Crema de brócoli Albóndigas mixtas con patacas Iogur





luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
			1	2 Ensalada de arroz (sen ovo) Estufado de pavo con patacas e pementos Iogur de soia
5 Crema de xudías e cenorias Tenreira con patacas e verduras Iogur	6 Sopa de estrelas con cabaciña (sen ovo) Pescada á mariñeira Froita de tempada	7 Chícharos salteados (sen ovo) Albóndegas mixtas con arroz Iogur	8 Empanada de atún (sen ovo) Pasta con brócoli e pavo (sen ovo) Froita de tempada	9 Sopa de letras (sen ovo) Rotti de polo con patacas e xudías (sen ovo) Iogur
12 Arroz tres delicias Tenreira con patacas Iogur	13 Potaxe de garavanzos Pasta con peixe (salmón e pescada) (sen ovo) Froita de tempada	14 Sopa de estrelas (sen ovo) Raxo con patacas e pementos Iogur	15 Ensalada de pasta tricolor (sen ovo) Pescada con tomate (sen ovo) Froita de tempada	16 Crema de cabaza e pera Paella de polo e tenreira Iogur
19 Sopa de vexetáis (sen ovo) Pavo con patacas e chícharos Iogur	20 Xudías con patacas (sen ovo) Macarróns con atún (sen ovo) Froita de tempada	21 Lentellas vexetáis Peituga de polo con arroz (sen ovo) Iogur	22 Fideuá vexetal (sen ovo) Pescada en salsa con cachelos Froita de tempada	23 Sopa de fideos (sen ovo) Xamón braseado con patacas e cenorias Iogur
26 Empanada de polo (sen ovo) Pavo con patacas e chícharos Iogur	27 Crema de garavanzos Fideuá de bacallau (sen ovo) Froita de tempada	28 Sopa cuscús con cenoria (sen ovo) Estufado de pavo con patacas e pementos Iogur	29 Menestra tricolor Pescada con arroz Froita de tempada	30 Crema de brócoli Albóndegas mixtas con patacas Iogur





luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
			1	2 Puré de polo con cabaza, cabaciña, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva Iogur
5 Puré de tenreira con xudías, cenorias, chícharos, pataca e aceite de oliva Iogur	6 Puré de bacallau e fogueiro, con cabaciña, tomate, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva Puré de froitas	7 Puré de pavo con cabaza, cenoria, pataca e aceite de oliva Iogur	8 Puré de pescada con arroz, xudías, cenorias, cabaciña e aceite de oliva Puré de froitas	9 Puré de polo con xudías, patacas, cabaza e aceite de oliva Iogur
12 Puré de tenreira con xudías, cabaza, cenoria, alloporro, patacas e aceite de oliva Iogur	13 Puré de pescada con xudía, cabaza, cabaciña, arroz e aceite de oliva Puré de froitas	14 Puré de pavo con cenoria, alloporro, cabaciña, patacas e aceite de oliva Iogur	15 Puré de pescada con lentella, cabaciña, cabaza, cebola, patacas e aceite de oliva Puré de froitas	16 Puré de polo con cabaciña, cenoria, cebola, arroz e aceite de oliva Iogur
19 Puré de pavo con cenoria, cabaza, arroz e aceite de oliva Iogur	20 Puré de bacallau e fogueiro, chícharos, cenorias, xudías, cebola, patacas e aceite de oliva Puré de froitas	21 Puré de polo con cabaciña, cenorias, tomate, cebola, pataca e aceite de oliva Iogur	22 Puré de pescada con xudías, cabaza, alloporro, pataca e aceite de oliva Puré de froitas	23 Puré de tenreira con arroz, cabaza, cabaciña, cenoria, alloporro e aceite de oliva Iogur
26 Puré de pavo con xudías, cenorias, chícharos, cebola, arroz e aceite de oliva Iogur	27 Puré de bacallau e fogueiro con cabaciña, cenorias, cabaza, pataca e aceite de oliva Puré de froitas	28 Puré de polo con xudía, cenoria, tomate, cebola, patacas e aceite de oliva Iogur	29 Puré de pescada con chícharos, cabaciña, cabaza, alloporro e arroz Puré de froitas	30 Puré de tenreira con cenoria, xudías, pataca e aceite de oliva Iogur





luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
5 Puré de tenreira con xudías, cenorias, chícharos, pataca e aceite de oliva Iogur de soia	6 Puré de bacallau e fogueiro, con cabaciña, tomate, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva Puré de froitas	7 Puré de pavo con cabaza, cenoria, pataca e aceite de oliva Iogur de soia	8 Puré de pescada con arroz, xudías, cenorias, cabaciña e aceite de oliva Puré de froitas	2 Puré de polo con cabaza, cabaciña, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva Iogur de soia
12 Puré de tenreira con xudías, cabaza, cenoria, alloporro, patacas e aceite de oliva Iogur de soia	13 Puré de pescada con xudía, cabaza, cabaciña, arroz e aceite de oliva Puré de froitas	14 Puré de pavo con cenoria, alloporro, cabaciña, patacas e aceite de oliva Iogur de soia	15 Puré de pescada con lentella, cabaciña, cabaza, cebola, patacas e aceite de oliva Puré de froitas	9 Puré de polo con xudías, patacas, cabaza e aceite de oliva Iogur de soia
19 Puré de pavo con cenoria, cabaza, arroz e aceite de oliva Iogur de soia	20 Puré de bacallau e fogueiro, chícharos, cenorias, xudías, cebola, patacas e aceite de oliva Puré de froitas	21 Puré de polo con cabaciña, cenorias, tomate, cebola, pataca e aceite de oliva Iogur de soia	22 Puré de pescada con xudías, cabaza, alloporro, pataca e aceite de oliva Puré de froitas	16 Puré de polo con cabaciña, cenoria, cebola, arroz e aceite de oliva Iogur de soia
26 Puré de pavo con xudías, cenorias, chícharos, cebola, arroz e aceite de oliva Iogur de soia	27 Puré de bacallau e fogueiro con cabaciña, cenorias, cabaza, pataca e aceite de oliva Puré de froitas	28 Puré de polo con xudía, cenoria, tomate, cebola, patacas e aceite de oliva Iogur de soia	29 Puré de pescada con chícharos, cabaciña, cabaza, alloporro e arroz Puré de froitas	23 Puré de tenreira con arroz, cabaza, cabaciña, cenoria, alloporro e aceite de oliva Iogur de soia
30 Puré de tenreira con xudías, pataca e aceite de oliva Iogur de soia				

