



luns / lunes	martes	mércoles / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
			1 Menestra tricolor Macarróns con atún Froita de tempada	2 Lentellas vexetais Polo ao forno con patacas e tomate Iogur
5 Crema de cabaza Tortilla de pataca con chícharos Iogur	6 Sopa cuscus con cenoria Pescada á romana con patacas e brócoli Froita de tempada	7 Xudías con allada Paella de polo Iogur	8 Fabas vexetais Pasta con bacallau Froita de tempada	9 Ensalada de arroz primavera Tenreira con patacas e verduras Iogur
12 Sopa de estrelas Tortilla de pataca con cenorias baby Iogur	13 Crema de xudías e cenorias Pescada en salsa de cachelos Froita de tempada	14 Ensaladilla rusa Albóndegas mixtas con arroz Iogur	15 Empanada de carne Fideuá con rape Froita de tempada	16 Sopa de letras Xamonciño de polo con patacas e xudías Iogur
19 Arroz tres delicias Tortilla de pataca Iogur	20 Potaxe de garavanzos Pasta con peixe (salmón e pescada) Froita de tempada	21 Sopa de estrelas Raxo con patacas e pementos Iogur	22 Ensalada de pasta Pescada á romana con patacas e tomate Froita de tempada	23 Crema de espinacas Paella de polo e tenreira Iogur
26 Sopa de vexetais Pavo con patacas e chícharos Iogur	27 Xudías con ovo Macarróns con atún Froita de tempada	28 Lentellas vexetais Milanesa de polo con arroz Iogur	29 Empanada de atún Tortilla de pataca Froita de tempada	30 Refogado de verduras Xamón braseado con patacas e cenorias Iogur





luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
			1 Menestra tricolor Macarróns con atún (sen ovo) Froita de tempada	2 Lentellas vexetais Polo ao forno con patacas e tomate Iogur
5 Crema de cabaza Tenreira guisada con chícharos Iogur	6 Sopa cuscus con cenoria (sen ovo) Pescada con patacas e brócoli Froita de tempada	7 Xudías con allada Paella de polo Iogur	8 Fabas vexetais Pasta con bacallau (sen ovo) Froita de tempada	9 Ensalada de arroz primavera Tenreira con patacas e verduras Iogur
12 Sopa de estrelas (sen ovo) Polo con patacas e cenorias baby Iogur	13 Crema de xudías e cenorias Pescada en salsa de cachelos Froita de tempada	14 Ensaladilla rusa Albóndegas mixtas con arroz Iogur	15 Empanada caseira de polo Fideuá con rape (sen ovo) Froita de tempada	16 Sopa de letras (sen ovo) Xamonciño de polo con patacas e xudías Iogur
19 Arroz tres delicias Peituga de polo con pataquiñas Iogur	20 Potaxe de garavanzos Pasta con peixe (salmón e pescada) (sen ovo) Froita de tempada	21 Sopa de estrelas (sen ovo) Raxo con patacas e pementos Iogur	22 Ensalada de pasta (sen ovo) Pescada con patacas e tomate Froita de tempada	23 Crema de espinacas Paella de polo e tenreira Iogur
26 Sopa de vexetais Pavo con patacas e chícharos Iogur	27 Xudías salteadas Macarróns con atún (sen ovo) Froita de tempada	28 Lentellas vexetais Peituga de polo con arroz Iogur	29 Empanada caseira de atún Pescada en salsa de cachelos Froita de tempada	30 Refogado de verduras Xamón braseado con patacas e cenorias Iogur





luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
			1 Menestra tricolor Macarróns con atún Froita de tempada	2 Lentellas vexetais Polo ao forno con patacas e tomate Iogur de soia
5 Crema de cabaza Tortilla de pataca con chícharos Iogur de soia	6 Sopa cuscus con cenoria Pescada á romana con patacas e brócoli Froita de tempada	7 Xudías con allada Paella de polo Iogur de soia	8 Fabas vexetais Pasta con bacallau Froita de tempada	9 Ensalada de arroz primavera Tenreira con patacas e verduras Iogur de soia
12 Sopa de estrelas Tortilla de pataca con cenorias baby Iogur de soia	13 Crema de xudías e cenorias Pescada en salsa de cachelos Froita de tempada	14 Ensaladilla rusa Albóndegas mixtas con arroz Iogur de soia	15 Empanada caseira de polo Fideuá con rape Froita de tempada	16 Sopa de letras Xamonciño de polo con patacas e xudías Iogur de soia
19 Arroz tres delicias Tortilla de pataca Iogur de soia	20 Potaxe de garavanzos Pasta con peixe (salmón e pescada) Froita de tempada	21 Sopa de estrelas Raxo con patacas e pementos Iogur de soia	22 Ensalada de pasta Pescada á romana con patacas e tomate Froita de tempada	23 Crema de espinacas Paella de polo e tenreira Iogur de soia
26 Sopa de vexetais Pavo con patacas e chícharos Iogur de soia	27 Xudías con ovo Macarróns con atún Froita de tempada	28 Lentellas vexetais Milanesa de polo con arroz Iogur de soia	29 Empanda caseira de atún Tortilla de pataca Froita de tempada	30 Refogado de verduras Xamón braseado con patacas e cenorias Iogur de soia



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

