



luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
				1 Salteado de verduras Pescada en salsa con cachelos Iogur
4 Crema de cenorias Pasta con brócoli e ovo Iogur	5 Xudías guisadas Raxo con patacas e pementos Froita de tempada	6 FESTIVO	7 Crema de espinacas Arroz con polo e verduras Froita de tempada	8 FESTIVO
11 Crema de cabaza Tortilla con pavo e verduras Iogur	12 Caldo galego Milanesa de polo con arroz e verduras Froita de tempada	13 Crema de cabaciña e mazá Pasta con verduras e bacallau Iogur	14 Sopa xuliana Pavo con patacas e chícharos Froita de tempada	15 Fideuá vexetal Pescada en salsa con cachelos Iogur
18 Crema de brócoli Pescada á romana con arroz Iogur	19 Sopa de vexetais Carne con patacas e cenorias Froita de tempada	20 Crema de garavanzos Fideuá con rape Iogur	21 Salteado de verduras Xamonciños de polo con patacas Froita de tempada	22 Empanada de atún Tortilla de pataca con chícharos Doce de Nadal
25 FESTIVO	26 Refogado de verduras Milanesa de polo con patacas Froita de tempada	27 Caldo de verduras Paxariñas con abadexo Iogur	28 Crema de cenorias Arroz con pavo Froita de tempada	29 Sopa de fideos Salmón con patacas e verduras Iogur





luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
				1 Salteado de verduras Pescada en salsa con cachelos Iogur de soia
4 Crema de cenorias Pasta con brócoli e ovo Iogur de soia	5 Xudías guisadas Raxo con patacas e pementos Froita de tempada	6 FESTIVO	7 Crema de espinacas Arroz con polo e verduras Froita de tempada	8 FESTIVO
11 Crema de cabaza Tortilla con pavo e verduriñas Iogur de soia	12 Caldo galego Milanesa de polo con arroz e verduras Froita de tempada	13 Crema de cabaciña e mazá Pasta con verduras e bacallau Iogur de soia	14 Sopa xuliana Pavo con patacas e chícharos Froita de tempada	15 Fideuá vexetal Pescada en salsa con cachelos Iogur de soia
18 Crema de brócoli Pescada á romana con arroz Iogur de soia	19 Sopa de vexetais Carne con patacas e cenorias Froita de tempada	20 Crema de garavanzos Fideuá con rape Iogur de soia	21 Salteado de verduras Xamonciños de polo con patacas Froita de tempada	22 Empanada caseira de atún Tortilla de pataca con chícharos Doce de Nadal
25 FESTIVO	26 Refogado de verduras Milanesa de polo con patacas Froita de tempada	27 Caldo de verduras Paxariñas con abadexo Iogur de soia	28 Crema de cenorias Arroz con pavo Froita de tempada	29 Sopa de fideos Salmón con patacas e verduras Iogur de soia



Manía



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

