



luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
1 FESTIVO	2 Crema de alporro Muslo de polo con pisto e arroz Froita de tempada	3 Sopa cuscus Pescada á romana con patacas e xudías Iogur	4 Crema de lentellas Pasta con carne Froita de tempada	5 Froita de tempada
8 Sopa de estrelas con cabaciña Ovos duros con xudías e allada Iogur	9 Crema de coliflor e cenoria Xamón braseado con arroz Froita de tempada	10 Sopa chuvia Albóndegas de peixe con patacas e verduras Iogur	11 Lentellas vexetais Polo ao forno con patacas e tomate Froita de tempada	12 Menestra tricolor Pasta con peixe (salmón e pescada) Iogur
15 Crema de verduras Tortilla de pataca con cenorias baby Iogur	16 Xudías salteadas Paella de polo Froita de tempada	17 Empanada de carne Pescada á romana con patacas e brócoli Iogur	18 Sopa cuscus con cenoria Tenreira con patacas e verduras Froita de tempada	19 Fabas vexetais Pasta con bacallau Iogur
22 Sopa de estrelas Brócoli con ovo e patacas Iogur	23 Chícharos con ovo Albóndegas con arroz Froita de tempada	24 Crema de xudías e cenorias Fideuá con rape Iogur	25 Sopa de letras Xamonciños de polo con patacas e xudías Froita de tempada	26 Salteado de verduras Pescada en salsa con cachelos Iogur
29 Crema de cenorias Pasta con brócoli e ovo Iogur	30 Xudías guisadas Raxo con patacas e pementos Froita de tempada	31 Potaxe de garavanzos Bacallau con patacas e tomate Iogur		



Maniá



luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
1 FESTIVO	2 Crema de alporro Muslo de polo con pisto e arroz Froita de tempada	3 Sopa cuscus Pescada á romana con patacas e xudías Iogur de soia	4 Crema de lentellas Pasta con carne Froita de tempada	5 Lentellas vexetais Menestra tricolor Pasta con peixe (salmón e pescada) Iogur de soia
8 Sopa de estrelas con cabaciña Ovos duros con xudías e allada Iogur de soia	9 Crema de coliflor e cenoria Xamón braseado con arroz Froita de tempada	10 Sopa chuvia Aidonaeagas caseiras ae peixe con patacas e verduras Iogur de soia	11 Polo ao forno con patacas e tomate Froita de tempada	12 Fabas vexetais Pasta con bacallau Iogur de soia
15 Crema de verduras Tortilla de pataca con cenorias baby Iogur de soia	16 Xudías salteadas Paella de polo Froita de tempada	17 Empanada caseira de carne Pescada á romana con patacas e brócoli Iogur de soia	18 Sopa cuscus con cenoria Tenreira con patacas e verduras Froita de tempada	19 Salteado de verduras Pescada en salsa con cachelos Iogur de soia
22 Sopa de estrelas Brócoli con ovo e patacas Iogur de soia	23 Chícharos con ovo Albóndegas con arroz Froita de tempada	24 Crema de xudías e cenorias Fideuá con rape Iogur de soia	25 Sopa de letras Xamonciños de polo con patacas e xudías Froita de tempada	26 Potaxe de garavanzos Bacallau con patacas e tomate Iogur de soia
29 Crema de cenorias Pasta con brócoli e ovo Iogur de soia	30 Xudías guisadas Raxo con patacas e pementos Froita de tempada	31 Potaxe de garavanzos Bacallau con patacas e tomate Iogur de soia		



Maniá



luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
1 FESTIVO	2 Puré de pavo con cabaciña, cabaza, xudías, arroz e aceite de oliva Puré de froita	3 Puré de bacallau con lentella, cabaciña, cenoria, cebola, pataca e aceite de oliva Iogur natural	4 Puré de polo con xudías, alloporro, tomate, pataca e aceite de oliva Puré de froita	5 Puré de polo con xudías, alloporro, tomate, pataca e aceite de oliva Puré de froita
8 Puré de pavo con cabaciña, cenorias, cabaza, pataca e aceite de oliva Iogur natural	9 Puré de polo con chicharos, cenorias, alloporro, arroz e aceite de oliva Puré de froita	10 Puré de bacallau con xudías, pataca, cabaza e aceite de oliva Iogur natural	11 Puré de tenreira con xudías, cabaciña, cabaza, pataca e aceite de oliva Puré de froita	12 Puré de pescada con cabaza, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva Iogur natural
15 Puré de tenreira con xudías, cenorias, chicharos, pataca e aceite de oliva Iogur natural	16 Puré de pavo con chicharos, cenoria, cabaciña, pataca e aceite de oliva Puré de froita	17 Puré de pescada con cabaciña, cabaza, alloporro, arroz e aceite de oliva Iogur natural	18 Puré de polo con cabaza, cabaciña, cenorias, alloporro, pataca e aceite de oliva Puré de froita	19 Puré de pescada con xudía, alloporro, pataca e aceite de oliva Iogur natural
22 Puré de tenreira con cenorias, xudías, patacas e aceite de oliva Iogur natural	23 Puré de pavo con cabaza, cenorias, pataca e aceite de oliva Puré de froita	24 Puré de bacallau con cabaciña, tomate, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva Iogur natural	25 Puré de polo con xudías, patacas, cabaza e aceite de oliva Puré de froita	26 Puré de pescada con arroz, xudías, cenorias, cabaciña e aceite de oliva Iogur natural
29 Puré de tenreira con xudías, cabaza, cenoria, alloporro, patacas e aceite de oliva Iogur natural	30 Puré de pavo con cenoria, alloporro, cabaciña, pataca e aceite de oliva Puré de froita	31 Puré de pescada con xudías, cabaza, cabaciña, arroz e aceite de oliva Iogur natural		

