

Lunes-Luns

3



No lectivo

10 Garbanzos Estofados con Verduras
Garvanzos Estofados con Verduras
Pizza
Pizza

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

17 Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO
Pollo Asado
Polo Asado
Patatas
Patacas
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

24 Lentejas Estofadas con Verduras
Lentellas Estofadas con Verduras

Tortilla de Calabacín
Tortilla de Cabaciña
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Martes-Martes

4

Macarrones INTEGRALES con Tomate
Macarrones INTEGRAIS con Tomate
Tortilla de patata
Tortilla de pataca
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

11 Crema de Calabaza ECO
Crema de Cabaza ECO
Filete Ruso
Filete Ruso
Patatas Fritas
Patacas Fritidas
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

18 Alubias estofadas con chorizo
Fabas estofadas con chourizo
Tortilla de Patata
Tortilla de Pataca
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

25 Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO

Guiso de pavo con patatas
Guiso de pavo con patacas

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Miercoles-Mércores

5

Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
Pollo en Pepitoria
Polo en Salsa
Patatas Dado
Patacas Dado
Yogur y Pan
Iogur e Pan

12 Arroz Tres Delicias
Arroz Tres Delicias
Rabas
Rabas
Ensalada
Ensalada
Yogur y Pan
Iogur e Pan

19 Judías Verdes Rehogadas con Ajo
Xudías Verdes Rehogadas con Allo
Arroz con Bacalao
Arroz con Bacallau

Yogur y Pan
Iogur e Pan

26 Croquetas y empanadillas
Croquetas y empanadillas

Pechuga a la plancha
Pechuga á prancha
Ensalada
Ensalada
Yogur y Pan
Iogur e Pan

Jueves-Xoves

6

Brócoli en Ajada
Brócoli con Allo
Paella de Verduras y Pavo
Paella de Verduras e Pavo

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

13 Caldo Gallego
Caldo Galego
Pollo al Ajillo
Polo ao Allo
Patata y Zanahoria Cocidas
Pataca e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

20 Sopa de Cocido Gallego
Sopa de Cocido Galego
Rollo con Magro, Patata y Chorizo
Repolo con Magro, Pataca e Chourizo

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

27 Salteado de Verduras (Zanahoria, Brócoli, Puerro)
Salteado de Verduras
Espagueti Boloñesa
Espagueti Boloñesa

Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Viernes-Venres

7

Lentejas Estofadas
Lentellas Estofadas
Palometa a la plancha con Patata
Peixe á prancha con Pataca

Yogur y Pan
Iogur e Pan

14 Coditos al Gratin
Coditos ao Gratin
Lomo a la plancha
Lombo á prancha
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Atún
Ensalada de Leituga, Cenoria e Atún
Yogur y Pan
Iogur e Pan

21 Macarrones INTEGRALES Napolitana
Macarrones INTEGRAIS Napolitana
Merluza a la romana
Merluza á romana
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Yogur y Pan
Iogur e Pan

28 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido
Sopa de Picado con Ovo Cocido

Merluza a la plancha
Pescada á prancha
Menestra
Menestra
Yogur y Pan
Iogur e Pan

Lunes-Luns

3



Festivo-Festivo

10 Garbanzos Estofados con Verduras
 Garvanzos Estofados con Verduras
 Ragout de Pavo
 Ragout de Pavo
 Arroz INTEGRAL Salteado
 Arroz INTEGRAL Salteado
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

17 Crema de Zanahoria ECO
 Crema de Cenoria ECO
 Pollo Asado
 Polo Asado
 Verduras Asadas
 Verduras Asadas
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

24 Lentejas Estofadas con Verduras
 Lentellas Estofadas con Verduras
 Tortilla de Calabacín
 Tortilla de Cabaciña
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Ensalada de Leituga e Millo
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

Martes-Martes

4

Macarrones INTEGRALES con Tomate
 Macarrones INTEGRAIS con Tomate
 Tortilla Francesa
 Tortilla Francesa
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Ensalada de Leituga e Tomate
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

11 Crema de Calabaza ECO
 Crema de Cabaza ECO
 Filete Ruso
 Filete Ruso
 Patatas Dado
 Patacas Dado
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

18 Potaje de Alubias y Garbanzos
 Potaxe de Fabas e Garvanzos
 Tortilla de Patata
 Tortilla de Patata
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Ensalada de Leituga e Tomate
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

25 Crema de Calabacín ECO
 Crema de Cabaciña ECO
 Magro de Cerdo con Tomate
 Magro de Porco con Tomate
 Guisantes Salteados
 Chicharos Salteados
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

Miercoles-Mércores

5

Crema de Calabacín ECO
 Crema de Cabaciña ECO
 Pollo en Pepitoria
 Polo en Salsa
 Patatas Dado
 Patacas Dado
 Yogur y Pan
 logur e Pan

12 Paella de Verduras
 Paella de Verduras
 Lomo Asado
 Lombo Asado
 Jardinera
 Xardineira de Verduras
 Yogur y Pan
 logur e Pan

19 Judías Verdes Rehogadas con Ajo
 Xudias Verdes Rehogadas con Allo
 Arroz con Magro y Verduras
 Arroz con Magro e Verduras
 Yogur y Pan
 logur e Pan

26 Arroz INTEGRAL con Tomate Casero
 Arroz INTEGRAL con Tomate Caseiro
 Hamburguesa de Pollo al Horno
 Hamburguesa de Polo ao Forno
 Menestra de Verduras
 Minestra de Verduras
 Yogur y Pan
 logur e Pan

Jueves-Xoves

6

Brócoli en Ajada
 Brócoli con Allo
 Paella de Verduras y Pollo
 Paella de Verduras e Polo
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

13 Caldo Gallego
 Caldo Galego
 Pollo al Ajillo
 Polo ao Allo
 Patata y Zanahoria Cocidas
 Pataca e Cenoria
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

20 Sopa de Cocido Gallego
 Sopa de Cocido Galego
 Repollo con Magro, Patata y Chorizo
 Repolo con Magro, Pataca e Chourizo
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

27 Salteado de Verduras (Zanahoria, Brócoli, Puerro)
 Salteado de Verduras
 Macarrones Boloñesa
 Macarrones Boloñesa
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

Viernes-Venres

7

Lentejas Estofadas
 Lentellas Estofadas
 Cinta de Lomo al Horno
 Cinta de Lombo ao Forno
 Patata Horno
 Pataca Asada
 Yogur y Pan
 logur e Pan

14 Coditos al Gratén
 Coditos ao Gratén
 Tortilla Francesa
 Tortilla Francesa
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Ensalada de Leituga e Cenoria
 Yogur y Pan
 logur e Pan

21 Macarrones INTEGRALES Napolitana
 Macarrones INTEGRAIS Napolitana
 Pavo Guisado a la Jardinera
 Pavo Guisado con Verduras
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Ensalada de Leituga e Millo
 Yogur y Pan
 logur e Pan

28 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido
 Sopa de Picado con Ovo Cocido
 Cinta de Lomo al Horno
 Cinta de Lombo ao Forno
 Verduras y Patatas Asadas
 Verduras e Patacas Asadas
 Yogur y Pan
 logur e Pan

Lunes-Luns

3



Festivo-Festivo

10 Garbanzos Estofados con Verduras
 Garvanzos Estofados con Verduras
 Ragout de Pavo
 Ragout de Pavo
 Arroz INTEGRAL Salteado
 Arroz INTEGRAL Salteado
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

17 Crema de Zanahoria ECO
 Crema de Cenoria ECO
 Pollo Asado
 Polo Asado
 Verduras Asadas
 Verduras Asadas
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

24 Lentejas Estofadas con Verduras
 Lentellas Estofadas con Verduras
 Tortilla de Calabacín
 Tortilla de Cabaciña
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Ensalada de Leituga e Millo
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

Martes-Martes

4

Macarrones INTEGRALES con Tomate
 Macarrones INTEGRAIS con Tomate
 Tortilla Francesa
 Tortilla Francesa
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Ensalada de Leituga e Tomate
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

11 Crema de Calabaza ECO
 Crema de Cabaza ECO
 Filete Ruso
 Filete Ruso
 Patatas Dado
 Patacas Dado
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

18 Potaje de Alubias y Garbanzos
 Potaxe de Fabas e Garvanzos
 Tortilla de Patata
 Tortilla de Patata
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Ensalada de Leituga e Tomate
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

25 Crema de Calabacín ECO
 Crema de Cabaciña ECO
 Magro de Cerdo con Tomate
 Magro de Porco con Tomate
 Guisantes Salteados
 Chicharos Salteados
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

Miercoles-Mércores

5

Crema de Calabacín ECO
 Crema de Cabaciña ECO
 Pollo en Pepitoria
 Polo en Salsa
 Patatas Dado
 Patacas Dado
 Yogur y Pan
 logur e Pan

12 Paella de Verduras
 Paella de Verduras
 Fogonero al Horno
 Fogonero ao Forno
 Jardínera
 Xardineira de Verduras
 Yogur y Pan
 logur e Pan

19 Judías Verdes Rehogadas con Ajo
 Xudías Verdes Rehogadas con Allo
 Arroz con Bacalao
 Arroz con Bacallau
 Yogur y Pan
 logur e Pan

26 Arroz INTEGRAL con Tomate Casero
 Arroz INTEGRAL con Tomate Caseiro
 Hamburguesa de Atún al Horno
 Hamburguesa de Atún ao Forno
 Menestra de Verduras
 Minestra de Verduras
 Yogur y Pan
 logur e Pan

Jueves-Xoves

6

Brócoli en Ajada
 Brócoli con Allo
 Paella de Verduras y Marisco
 Paella de Verduras e Marisco

Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

13 Caldo Gallego
 Caldo Galego
 Pollo al Ajillo
 Polo ao Allo
 Patata y Zanahoria Cocidas
 Pataca e Cenoria
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

20 Sopa de Cocido Gallego
 Sopa de Cocido Galego
 Repollo con Magro, Patata y Chorizo
 Repolo con Magro, Pataca e Chourizo
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

27 Salteado de Verduras (Zanahoria, Brócoli, Puerro)
 Salteado de Verduras
 Macarrones Boloñesa
 Macarrones Boloñesa
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

Viernes-Venres

7

Lentejas Estofadas
 Lentellas Estofadas
 Guiso de Palometa con Patata
 Guiso de Peixe con Pataca

Yogur y Pan
 logur e Pan

14 Códitos al Gratén
 Códitos ao Gratén
 Tortilla Francesa
 Tortilla Francesa
 Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Atún
 Ensalada de Leituga, Cenoria e Atún
 Yogur y Pan
 logur e Pan

21 Macarrones INTEGRALES Napolitana
 Macarrones INTEGRAIS Napolitana
 Sardinias al Horno
 Sardiña ao Horno
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Ensalada de Leituga e Millo
 Yogur y Pan
 logur e Pan

28 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido
 Sopa de Picado con Ovo Cocido
 Merluza al Horno
 Pescada ao Forno
 Verduras y Patatas Asadas
 Verduras e Patacas Asadas
 Yogur y Pan
 logur e Pan

mediterránea

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA.

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Lunes-Luns

3



Festivo-Festivo

10

Garbanzos Estofados con Verduras (sin Patata)
 Garvanzos Estofados con Verduras (sen Patata)
 Ragout de Pavo (sin Patata ni Guisantes)
 Ragout de Pavo (sen Patata nin Chicharos)
 Arroz INTEGRAL Salteado
 Arroz INTEGRAL Salteado
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

17

Crema de Zanahoria ECO (sin Patata)
 Crema de Cenoria ECO (sen Patata)

Pollo Asado
 Polo Asado
 Verduras Asadas
 Verduras Asadas
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

24

Lentejas Estofadas con Verduras (sin Patata ni Tomate Frito)
 Lentellas Estofadas con Verduras (sen Patata ni Tomate Frito)
 Ragut de Ternera Asada
 Ragut de Tenreira Asada
 Zanahorias Rehogadas
 Cenorias Rehogadas
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

Martes-Martes

4

Salteado de Verduras (Zanahoria, Calabacín, Puerro)
 Salteado de Verduras

Ragut de Ternera Asada
 Ragut de Tenreira Asada
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Ensalada de Leituga e Tomate
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

11

Crema de Calabaza ECO (sin Patata)
 Crema de Cabaza ECO (sen Patata)

Pollo en Salsa
 Polo en Salsa
 Ensalada de Lechuga
 Ensalada de Leituga
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

18

Potaje de Alubias y Garbanzos (sin Patata ni Chorizo)
 Potaxe de Fabas e Garvanzos (sen Patata ni Chourizo)
 Cinta de Lomo al Horno
 Cinta de Lombo ao Forno
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Ensalada de Leituga e Tomate
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

25

Crema de Calabacín ECO (sin Patata)
 Crema de Cabaciña ECO (sen Patata)

Magro de Cerdo Asado
 Magro de Porco Asado
 Ensalada de Lechuga
 Ensalada de Leituga
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

Miercoles-Mércores

5

Crema de Calabacín ECO (sin Patata)
 Crema de Cabaciña ECO (sen Patata)

Pollo Asado
 Polo Asado
 Ensalada de Lechuga
 Ensalada de Leituga
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

12

Paella de Verduras (sin Tomate)
 Paella de Verduras (sen Tomate)

Fogonero al Horno
 Fogonero ao Forno
 Verduras Asadas
 Verduras Asadas
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

19

Judías Verdes Rehogadas con Ajo
 Xudías Verdes Rehogadas con Allo

Arroz con Bacalao
 Arroz con Bacallau

26

Arroz INTEGRAL con Tomate Casero
 Arroz INTEGRAL con Tomate Caseiro

Fogonero al Horno
 Fogonero ao Forno
 Champiñones Rehogados
 Champiñóns Rehogados
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

Jueves-Xoves

6

Brócoli en Ajada
 Brócoli con Allo

Paella de Verduras y Marisco
 Paella de Verduras e Marisco

13

Caldo Gallego (sin patata)
 Caldo Galego

Pollo al Ajillo
 Polo ao Allo
 Ensalada Verde
 Ensalada de Leituga
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

20

Sopa Vegetal (Zanahoria, Puerro, Cebolla, Calabacín)
 Sopa Vexetal

Repollo, Garbanzos y Pollo
 Repolo, Garavanzos e Polo

27

Salteado de Verduras (Zanahoria, Brócoli, Puerro)
 Salteado de Verduras

Cinta de Lomo al Horno
 Cinta de Lombo ao Forno
 Pimientos Asados
 Pementos Asados
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

Viernes-Venres

7

Lentejas Estofadas con Verduras (sin Patata ni Tomate Frito)
 Lentellas Estofadas con Verduras (sen Patata ni Tomate Frito)
 Palometa al Horno
 Pescada ao Forno
 Ensalada de Lechuga y Cebolla
 Ensalada de Leituga e Cebola
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

14

Crema de Verduras (sin Patata)
 Crema de Verduras (sen Patata)

Cinta de Lomo al Horno
 Cinta de Lombo ao Forno
 Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Atún
 Ensalada de Leituga, Cenoria e Atún
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

21

Arroz con Tomate Casero
 Arroz con Tomate Caseiro

Sardinas al Horno
 Sardiña ao Forno
 Ensalada de Lechuga
 Ensalada de Leituga
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

28

Coliflor Ajoarriero (sin Patata)
 Coliflor Ajoarriero (sen Patata)

Merluza al Horno
 Pescada ao Forno
 Verduras Asadas
 Verduras Asadas
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

Lunes-Luns

Martes-Martes

Miercoles-Mércores

Jueves-Xoves

Viernes-Venres

3



Festivo-Festivo

10

Garbanzos Estofados con Verduras (sin Patata)
 Garvanzos Estofados con Verduras (sen Patata)
 Ragout de Pavo (sin Patata)
 Ragout de Pavo (sen Patata)
 Coliflor Rehogada
 Coliflor Rehogada
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

17

Crema de Zanahoria ECO (sin Patata)
 Crema de Cenoria ECO (sen Patata)

Pollo Asado
 Polo Asado
 Verduras Asadas
 Verduras Asadas
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

24

Coliflor Rehogada
 Coliflor Rehogada
 Ragut de Ternera Asada
 Ragut de Tenreira Asada
 Zanahorias Rehogadas
 Cenorias Rehogadas
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

4

Salteado de Verduras (Zanahoria, Calabacín, Puerro)
 Salteado de Verduras
 Ragut de Ternera Asada
 Ragut de Tenreira Asada
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Ensalada de Leituga e Tomate
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

11

Crema de Calabaza ECO (sin Patata)
 Crema de Cabaza ECO (sen Patata)

Pollo en Salsa
 Polo en Salsa
 Ensalada de Lechuga
 Ensalada de Leituga
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

18

Potaje de Alubias y Garbanzos (sin Patata ni Chorizo)
 Potaxe de Fabas e Garvanzos (sen Patata ni Chourizo)
 Cinta de Lomo al Horno
 Cinta de Lombo ao Forno
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Ensalada de Leituga e Tomate
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

25

Crema de Calabacín ECO (sin Patata)
 Crema de Cabaciña ECO (sen Patata)
 Magro de Cerdo Asado
 Magro de Porco Asado
 Guisantes Salteados
 Chicharos Salteados
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

5

Crema de Calabacín ECO (sin Patata)
 Crema de Cabaciña ECO (sen Patata)
 Pollo Asado
 Polo Asado
 Ensalada de Lechuga y Zanahoria
 Ensalada de Leituga e Cenoria
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

12

Menestra de Verduras
 Minestra de Verduras

19

Judías Verdes Rehogadas con Ajo
 Xudías Verdes Rehogadas con Allo

26

Champiñones Rehogados
 Champiñóns Rehogados
 Fogonero al Horno
 Fogonero ao Forno
 Menestra de Verduras
 Minestra de Verduras
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

6

Brócoli en Ajada
 Brócoli con Allo

Cinta de Lomo al Horno
 Cinta de Lombo ao Forno
 Ensalada de Lechuga
 Ensalada de Leituga
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

13

Caldo Gallego (sin patata)
 Caldo Galego

20

Sopa Vegetal (Zanahoria, Puerro, Cebolla, Calabacín)
 Sopa Vexetal

27

Salteado de Verduras (Zanahoria, Brócoli, Puerro)
 Salteado de Verduras
 Cinta de Lomo al Horno
 Cinta de Lombo ao Forno
 Pimientos Asados
 Pementos Asados
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

7

Guisantes Rehogados
 Chicharos Rehogados

Palometa al Horno
 Pescada ao Forno
 Ensalada de Lechuga y Cebolla
 Ensalada de Leituga e Cebolla
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

14

Crema de Verduras (sin Patata)
 Crema de Verduras (sen Patata)

21

Crema de Verduras ECO (sin Patata)
 Crema de Verduras ECO (sen Patata)

28

Coliflor Ajoarriero (sin Patata)
 Coliflor Ajoarriero (sen Patata)
 Merluza al Horno
 Pescada ao Forno
 Verduras Asadas
 Verduras Asadas
 Fruta de Temporada
 Froita de Tempada

Lunes-Luns

3



Festivo-Festivo

10

Garbanzos Estofados con Verduras
 Garvanzos Estofados con Verduras
 Ragout de Pavo
 Ragout de Pavo
 Arroz INTEGRAL Salteado
 Arroz INTEGRAL Salteado
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

17

Crema de Zanahoria ECO
 Crema de Cenoria ECO

Pollo Asado
 Polo Asado
 Verduras Asadas
 Verduras Asadas
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

24

Lentejas Estofadas con Verduras (sin Tomate)
 Lentellas Estofadas con Verduras (sen Tomate Frito)
 Tortilla de Calabacín
 Tortilla de Cabaciña
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Ensalada de Leituga e Millo
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

Martes-Martes

4

Macarrones INTEGRALES con Tomate Casero
 Macarrones INTEGRAIS con Tomate Casero
 Tortilla Francesa
 Tortilla Francesa
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Ensalada de Leituga e Tomate
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

11

Crema de Calabaza ECO
 Crema de Cabaza ECO
 Filete Ruso
 Filete Ruso
 Patatas Dado
 Patacas Dado
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

18

Potaje de Alubias y Garbanzos
 Potaxe de Fabas e Garvanzos

Tortilla de Patata
 Tortilla de Pataca
 Ensalada de Lechuga y Tomate
 Ensalada de Leituga e Tomate
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

25

Crema de Calabacín ECO
 Crema de Cabaciña ECO
 Magro de Cerdo con Tomate Casero
 Magro de Porco con Tomate Caseiro sen Sal
 Guisantes Salteados
 Chicharos Salteados
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

Miercoles-Mércores

5

Crema de Calabacín ECO
 Crema de Cabaciña ECO
 Pollo en Pepitoria
 Polo en Salsa
 Patatas Dado
 Patacas Dado
 Yogur y Pan
 Iogur e Pan

12

Paella de Verduras (sin Tomate)
 Paella de Verduras (sen Tomate)
 Fogonero al Horno
 Fogonero ao Forno
 Jardinera
 Xardineira de Verduras
 Yogur y Pan
 Iogur e Pan

19

Judías Verdes Rehogadas con Ajo
 Xudías Verdes Rehogadas con Allo

Arroz con Bacalao
 Arroz con Bacallau

26

Yogur y Pan
 Iogur e Pan
 Arroz INTEGRAL con Tomate Casero
 Arroz INTEGRAL con Tomate Caseiro
 Hamburguesa de Atún al Horno
 Hamburguesa de Atún ao Forno
 Menestra de Verduras
 Minestra de Verduras
 Yogur y Pan
 Iogur e Pan

Jueves-Xoves

6

Brócoli en Ajada
 Brócoli con Allo

Paella de Verduras y Marisco
 Paella de Verduras e Marisco

13

Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan
 Caldo Gallego
 Caldo Galego
 Pollo al Ajillo
 Polo ao Allo
 Patata y Zanahoria Cocidas
 Pataca e Cenoria
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

20

Sopa de Cocido Gallego
 Sopa de Cocido Galego

Repollo con Magro, Patata y Chorizo
 Repolo con Magro, Pataca e Chourizo

27

Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan
 Salteado de Verduras (Zanahoria, Brócoli, Puerro)
 Salteado de Verduras
 Macarrones Boloñesa (con Tomate Triturado Casero)
 Macarrones Boloñesa con Tomate Caseiro
 Fruta de Temporada y Pan
 Froita de Tempada e Pan

Viernes-Venres

7

Lentejas Estofadas (sin tomate)
 Lentellas Estofadas

Guiso de Palometa con Patata (sin Tomate)
 Guiso de Peixe con Pataca

14

Yogur y Pan
 Iogur e Pan
 Coditos al Gratén (con Tomate Casero)
 Coditos ao Gratén
 Tortilla Francesa
 Tortilla Francesa
 Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Atún
 Ensalada de Leituga, Cenoria e Atún
 Yogur y Pan
 Iogur e Pan

21

Macarrones INTEGRALES Napolitana (Con Tomate Casero)
 Macarrones INTEGRAIS Napolitana con Tomate Casero
 Sardinias al Horno
 Sardiña ao Forno
 Ensalada de Lechuga y Maíz
 Ensalada de Leituga e Millo
 Yogur y Pan
 Iogur e Pan
 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido
 Sopa de Picado con Ovo Cocido

28

Merluza al Horno
 Pescada ao Forno
 Verduras y Patatas Asadas
 Verduras e Patacas Asadas
 Yogur y Pan
 Iogur e Pan