


	Luns		Martes		Mércores		Xoves		Venres	
	02 octubre	Suxerencias de Cea	03 octubre	Suxerencias de Cea	04 octubre	Suxerencias de Cea	05 octubre	Suxerencias de Cea	06 octubre	Suxerencias de Cea
1ª Semana	CREMA DE BRÉCOL	ENSALADA DE TOMATE	SOPA CON CENORIA DE LETRAS	XUDIÁS CON PATACA COCIDA	LENTELLAS	ESCAROLA CON LARANXA E XERMINADOS DE SOIA	CALDO GALEGO CON FABAS	ARROZ CON CHAMPIÑÓNS	ENSALADA MARIÑEIRA	FERVIDO DE VERDURAS
	FILETE Á PEMENTA CON ARROZ	PEIXE CON PATACA COCIDA	PEIXE CON ENSALADA	OVOS ESTRELADOS	POLO Ó FORNO CON VERDURIÑAS	SALMÓN Á PRANCHA	PEIXE Ó FORNO, ENSALADA	TORTILLA DE CABACÍN	GOULASH DE TENREIRA CON PASTA	PATACAS RECHEAS DE ATÚN
	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
2ª Semana	09 octubre	Suxerencias de Cea	10 octubre	Suxerencias de Cea	11 octubre	Suxerencias de Cea	12 octubre	Suxerencias de Cea	13 octubre	Suxerencias de Cea
	ENSALADA CON QUEIXO	BROCOLI GRATINADO	CHÍCHAROS CON XAMÓN	PIPIARRA (TOMATE, PEMENTO E COGOMBRO)	GARAVANZOS CON ESPINACAS	ENSALADA CON OLIVAS			ENSALADA TROPICAL	PATACAS AO POBRE
	NUGGETS DE POLO, GORNICIÓN DE PASTA CON VERDURAS	TORTILLA DE PATACA	BONITO Ó FORNO CON PATACAS	PEITUGA DE PAVO CON QUINOA	PEIXE Á ROMANA CON XUDIÁS VERDES	REVOLTO DE PATACAS CON OVO E PEMENTO		XAMÓN ASADO CON ARROZ	LIRIOS CON BRÓCOLI	
FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA		FROITA		
3ª Semana	16 octubre	Suxerencias de Cea	17 octubre	Suxerencias de Cea	18 octubre	Suxerencias de Cea	19 octubre	Suxerencias de Cea	20 octubre	Suxerencias de Cea
	MINESTRA SALTEADA	ENSALADA DE TOMATE E AGUACATE	ENSALADA DE PASTA	GRELLADA DE VERDURAS	FABADA VEXETAL	ENSALADA VARIADA CON MAZÁ	CREMA DE CENORIA	PASTA CON XUDIÁS VERDES	ENSALADA MIXTA	TOMATE CON QUEIXO
	FIDEOS CON TENREIRA	TORTILLA DE ESPINACAS E PATACA	POLO AO ALLO CON ENSALADA	XOUBAS FRITAS CON PATACA COCIDA	PEIXE CON PATACA E BRÉCOL	POLO ASADO CON ARROZ	CHULETA A PRANCHA CON ENSALADA	REVOLTO DE OVO E TOMATE	PAELLA DE PEIXE E MARISCO	COLIFLOR REBOZADA
4ª Semana	23 octubre	Suxerencias de Cea	24 octubre	Suxerencias de Cea	25 octubre	Suxerencias de Cea	26 octubre	Suxerencias de Cea	27 octubre	Suxerencias de Cea
	ENSALADA ARELAS(CON OVO)	CREMA DE CENORIA	XUDIÁS VERDES CON TOMATE E XAMÓN	ENSALADA DE RÚCULA	SOPA DE POLO CON CHOIVA	COGUMELOS CON XAMÓN	FAXITAS VEXETÁIS	ENSALADA DE BROTES VERDES CON AGUACATE E FIGOS	ENSALADA CON PAUS DE CANGREXO	CREMA DE PORROS
	PESCADA AO FORNO CON PATACAS	TORTILLA DE QUEIXO	PAVO ESTUFADO CON PASTA	BONITO EN ROLIÑOS	HAMBURGUESA DE TENREIRA CON ENSALADA	OVOS RECHEOS DE SALMÓN CON PURÉ DE PATACA	RAXO CON CHAMPIÑÓNS E ARROZ	FILETE DE POLO CON PATACAS	PEIXE CON GORNICIÓN DE MACARRÓNS GRATINADOS	LOMBO CON PEMENTOS
3ª Semana	30 octubre	Suxerencias de Cea	31 octubre	Suxerencias de Cea						
	COLIFLOR Á GALEGA CON CENORIA	ENSALADA DE TOMATE E AGUACATE	ARROZ TRES DELICIAS	GRELLADA DE VERDURAS						
	CARNE GUIISADA, GORNICIÓN PASTA	TORTILLA DE PATACA	POLO AO ALLO CON ENSALADA	LURAS CON PATACA COCIDA						
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA						

