

	Luns		Martes		Mércores		Xoves		Venres	
	30 octubre	Suxerencias de Cea	31 octubre	Suxerencias de Cea	01 noviembre	Suxerencias de Cea	02 noviembre	Suxerencias de Cea	03 noviembre	Suxerencias de Cea
1ª Semana							LENTELLAS VEXETAIS CON ARROZ	ENSALADA WALDORF CON APIO E MAZÁ	CREMA DE CABACIN	COGUELOS RECHEOS DE XAMÓN
							PESCADA CON GORNICIÓN DE TOMATE DADO	POLO Á PRANCHA CON PATACA	TORTILLA DE VERDURAS E PATACA; GORNICION ENSALADA DE TOMATE E CENORIA RELADA	XARDA AO FORNO CON ARROZ INTEGRAL
							FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
2ª Semana	06 noviembre	Suxerencias de Cea	07 noviembre	Suxerencias de Cea	08 noviembre	Suxerencias de Cea	09 noviembre	Suxerencias de Cea	10 noviembre	Suxerencias de Cea
	CHÍCHAROS Á ANDALUZA	GRELLADA DE VERDURAS	ENSALADA DE TOMATE,CENORIA,ESPÁRAGO XARDA E OVO COCIDO	COLIFLOR GRATINADA	CREMA DE CENORIA	ENSALADA DE ARROZ	MINESTRA DE VERDURAS SALTEADA	ENSALADA DE ENDIBIA CON AGUACATE	SOPA DE VERDURAS	ENSALADA DE TOMATE CON RÚCULA
	POLO CON GORNICIÓN DE TOMATE E CENORIA RELADA	PEIXE AZUL AO FORNO CON CABACÍN E PATACA	PESCADA CON PATACA	KREPS DE XAMÓN COCIDO E QUEIXO	TENREIRA Á XARDIÑEIRA	OVOS RECHEOS DE XARDA, LEITUGA	FILETE DE PORCO EN SALSA DE QUEIXO LIXEIRA CON ENSALADA DE TOMATE	PEIXE AZUL CON ARROZ INTEGRAL	ARROZ CON BACALLAU	TORTILLA DE PATACA E PEMENTO
FROITA		FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
3ª Semana	13 noviembre	Suxerencias de Cea	14 noviembre	Suxerencias de Cea	15 noviembre	Suxerencias de Cea	16 noviembre	Suxerencias de Cea	17 noviembre	Suxerencias de Cea
	LENTELLAS VEXETAIS	ENSALADA DE ARROZ CON TOMATE	CREMA DE COLIFLOR	ENSALADA DE TOMATE CON PATACA COCIDA	CREMA DE VERDURAS	ESPINACAS CON BECHAMEL	XUDIÁS SALTEADAS	ENSALADA VARIADA	ENSALADA CON PASTA	ESPÁRAGOS TRIGUEROS Á PRANCHA
	VENTRESCA Ó FORNO, GORNICIÓN CENORIA RELADA	OVOS ESTRELADOS	ESPAGUETE CON BOLOÑESA MAGRA	PEIXE AO FORNO	POLO Ó FORNO, GORNICIÓN ENSALADA DE ARROZ CON TOMATE FRESCO	TORTILLA DE PATACA CON CHAMPIÑONS	MELVA, CON COGUELOS E PASTA	PATACAS CON MAGRO DE CERDO	LOMBO CON MACEDONIA DE VERDURAS	HAMBURGUESA DE XARDA CON PATACA COCIDA
FROITA		FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
4ª Semana	20 noviembre	Suxerencias de Cea	21 noviembre	Suxerencias de Cea	22 noviembre	Suxerencias de Cea	23 noviembre	Suxerencias de Cea	24 noviembre	Suxerencias de Cea
	SOPA DE FIDEOS	ENSALADA DE LEITUGA E AGUACATE	ARROZ TRES DELICIAS	ESCALIBADA	SOPA XULIANA	ENSALADA DE BROTES VERDES	ENSALADILLA CON XARDA	CREMA DE VERDURAS	PUCHERO DE VERDURAS CON GARAVANZOS	COGUELOS CON XAMÓN
	TENREIRA ESTUFADA CON VERDURAS	DORADA CON PATACA COCIDA	LOMBO Á PRANCHA CON GORNICIÓN DE TOMATE DADO E CENORIA	TORTILLA FRANCESA DE IORK E QUEIXO, GORNICIÓN QUINOA	PEIXE AO FORNO CON PATACA, GORNICIÓN LEITUGA	ARROZ CON GARAVANZOS E CABAZA	PEITUGA Á PRANCHA CON FIDEO GUISADO	REVOLTO DE OVO CON PASTA	PESCADA Á ROMANA CON ENSALADA	PEIXE CON PATACA COCIDA
FROITA		FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
5ª Semana	27 noviembre	Suxerencias de Cea	28 noviembre	Suxerencias de Cea	29 noviembre	Suxerencias de Cea	30 noviembre	Suxerencias de Cea	01 diciembre	Suxerencias de Cea
	ENSALADA DE LEITUGA,TOMATE,CENORIA , FABAS E XOUBAS	GRATÁN DE PATACAS CON QUEIXO	PASTA CON BRÉCOL E OVO	TIMBAL DE TOMATE CON AGUACATE	SOPA DE POLO CON FIDEOS	ENSALADA DE ESCAROLA	CREMA DE CABACÍN	ENSALADA DE TOMATE,ESPÁRAGOS E CENORIA RELADA	CHÍCHAROS CON XAMÓN	ENSALADA CAMPERA CON PATACA COCIDA
	POLO COCIDO CON PATACA E CENORIA	PASTEL DE VERDURAS	PESCADA CON ENSALADA	ZORZA DE POLO CON TRIGO SARRACENO	TENREIRA ASADA CON MENESTRA	GUISO DE MELVA CON PATACA	RAXO Á PEMENTA CON ARROZ	OVOS ESTRELADOS CON CHÍCHAROS E SALSA DE TOMATE	PEIXE Ó FORNO CON PATACA	LOMBO AO FORNO
FROITA		FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA