

MENU FEBREIRO 2.019 CENTRO DE DIA

	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES					
1ª Semana					01-feb	Suxerencias de Cea				
					ARROZ TRES DELICIAS	ENSALADA CON LARANXA				
					PESCADA CON VERDURAS E PATACA	OVOS RECHEOS DE SALMÓN				
				FROITA	FROITA					
2ª Semana	04-feb	Suxerencias de Cea	05-feb	Suxerencias de Cea	06-feb	Suxerencias de Cea	07-feb	Suxerencias de Cea	08-feb	Suxerencias de Cea
	SOPA DE FIDEOS	PASTA CON ROMANESCO	CREMA DE CENORIA	ENSALADA CAPRESE CON QUEIXO	GARAVANZOS CON ESPINACAS	COLIFLOR AO VAPOR	SOPA DE VERDURAS	ENSALADA DE BROTES VERDES	MACARRÓNS CON TOMATE	ESPÁRRAGOS TRIGUEROS
	PALOMETA CON MACEDONIA DE VERDURAS	PEITUGA DE PAVO CON PEMENTOS	TENREIRA CON FIDEUÁ E CHICHAROS	MELVA CON PATACAS	PESCADA Á ROMANA CON ENSALADA DE TOROS DE TOMATE	REVOLTO DE CHICHAROS E XAMÓN	ARROZ Á MILANESA (CON CARNE)	LIRIOS CON PATACA	XAMÓN ASADO CON ENSALADA DE TOROS DE TOMATE E CENORIA RELADA	SALMÓN Á PRANCHA, GORNICIÓN PATACA COCIDA
	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
3ª Semana	11-feb	Suxerencias de Cea	12-feb	Suxerencias de Cea	13-feb	Suxerencias de Cea	14-feb	Suxerencias de Cea	15-feb	Suxerencias de Cea
	CHICHAROS CON XAMÓN	ENSALADA DE ARROZ CON TOMATE	SOPA DE PIÑÓN	GRELLADA DE VERDURAS	XUDIAS CON OVO RELADO	ENSALADA DE TOMATE, PIÑA E AGUACATE	FABADA VEXETAL	ENSALADA VARIADA	CREMA DE VERDURAS	ARROZ CON COGUMELOS
	PEITUGA Á PRANCHA CON PATACA	OVOS REVOLTOS CON VERDURIÑAS	PEIXE Á PRANCHA CON ENSALADA DE TOMATE	LOMBO CON PATACA COCIDA	ROTTI Ó FORNO CON ARROZ	TORTILLA DE PATACA, CABACÍN E QUEIXO	PEIXE CON PATACA E PORRO	PASTA CON SEPIA	ESPAGUETE Á CARBONARA	SALPICÓN DE PEIXE
	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
4ª Semana	18-feb	Suxerencias de Cea	19-feb	Suxerencias de Cea	20-feb	Suxerencias de Cea	21-feb	Suxerencias de Cea	22-feb	Suxerencias de Cea
	CREMA DE CABACÍN	REPOLO CON PATACA	POTAXE DE GARAVANZOS CON NAVICOL	ENSALADA DE TOMATE CON QUINOA	CREMA DE CENORIA	SOPA DE VERDURAS E LEGUMES	COLIFLOR AO VAPOR	ENSALADA CON ACEITE DE NOCES E AGUACATE	SOPA DE POLO CON FIDEOS	CHAMPIÑÓNS
	BACALLAU CON ARROZ	POLO Á PRANCHA	FILETE DE LOMBO EN SALSA OU HAMBURGUESA CASEIRA CON ENSALADA DE TOMATE E CENORIA RELADA	REVOLTO DE OVO E ESPINACAS	PEIXE CON PATACA É CHICHAROS OU GUIZO DE PEIXE	LASAÑA VEXETAL	ESTUFADO DE TENREIRA CON PASTA E VERDURIÑAS	REVOLTO DE OVO CON CHICHAROS E PATACAS	RAXO A NAPOLITANA CON BRÉCOL E CENORIA	QUINOA CON XARDA
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
5ª Semana	25-feb	Suxerencias de Cea	26-feb	Suxerencias de Cea	27-feb	Suxerencias de Cea	28-feb	Suxerencias de Cea	01-mar	Suxerencias de Cea
	LENTELLAS VEXETÁIS	ENSALADA DE PEMENTO ASADO E BERENXENA ASADA	ENPANADILLAS DE ATÚN AO FORNO	ENSALADA DE ESCAROLA	FERVIDO DE VERDURAS EN ALLADA	ESPÁRRAGOS TRIGUEROS Á PRANCHA	CALDO GALEGO	ENSALADA DE ESCAROLA, UVAS E NOCES	CREMA DE BRÉCOL	ENSALADA DE ESPINACAS E FROITOS VERMELLOS
	PAVO ESTUFADO CON VERDURAS E PATACA	TORTILLA DE PATACA E PEMENTO	PESCADA EN SALSA LIXEIRA DE GAMBAS CON VERDURAS	PEMENTOS RECHEOS DE BRANDADA DE BACALLAU	POLO ASADO CON ARROZ OU PATACA	SALMONETE Á PRANCHA CON PATACA	PEIXE CON PATACA E PORRO	NUGGETS CASEIROS DE POLO CON PEMENTOS	PASTA CON BOLOÑESA DE TENREIRA MAGRA	PEIXE CON PATACAS EN SALSA VERDE
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA