

**MENU CENTRO DE DÍA NOVEMBRO 2.019**

	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES					
1ª Semana					01-nov	Suxerencia de cea				
					<b>FESTIVO</b>					
2ª Semana	04-nov	Suxerencias de Cea	05-nov	Suxerencia de cea	06-nov	Suxerencia de cea	07-nov	Suxerencia de cea	08-nov	Suxerencia de cea
	<b>CREMA DE CABACÍN</b>	ENSALADA DE TOMATE	<b>ENSALADA VARIADA (LEITUGA,TOMATE..ETC)</b>	COLIFLOR GRATINADA	<b>SOPA DE VERDURAS</b>	ENSALADA CAMPERA CON PATACA COCIDA	<b>LENTELLAS VEXETÁIS</b>	WRAPS DE LEITUGA CON TOMATE ,CENORIA, PEMENTO..ETC	<b>CHÍCHAROS Á ANDALUZA (CON OVO REVOLTO)</b>	ENSALADA DE TOMATE CON RÚCULA
	<b>PEITUGA DE POLO Á PRANCHA CON ARROZ OU PATACA</b>	PEIXE AZUL AO FORNO CON TOMATE E PATACA	<b>PESCADA CON VERDURAS E PATACA Ó VAPOR</b>	KREPS DE XAMÓN COCIDO E QUEIXO	<b>HAMBURGUESA DE TENREIRA CASEIRA Á PRANCHA CON PASTA</b>	OVOS RECHEOS DE ATÚN, LEITUGA	<b>PEITUGA DE PAVO CON ENCEBOLADO LIXEIRO</b>	SALMÓN CON ARROZ INTEGRAL	<b>PALOMETA AO FORNO CON ENSALADA</b>	FIDEUÁ DE PAVO
	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
3ª Semana	11-nov	Suxerencias de Cea	12-nov	Suxerencias de Cea	13-nov	Suxerencias de Cea	14-nov	Suxerencias de Cea	15-nov	Suxerencias de Cea
	<b>CREMA DE VERDURAS</b>	BONIATO ASADO CON PATACA ASADA	<b>XUDIAS CON OVO COCIDO</b>	ENSALADA DE TOMATE CON PATACA COCIDA	<b>CREMA DE COLIFLOR</b>	ESPINACAS CON BECHAMEL	<b>SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS</b>	ENSALADA VARIADA	<b>GARAVANZOS CON VERDURIÑAS</b>	ESPÁRRAGOS TRIGUEROS Á PRANCHA
	<b>MACARRÓNS CON ATÚN</b>	OVOS ESTRELADOS	<b>POLO CON PATACA COCIDA</b>	PEIXE AO FORNO	<b>ARROZ Á MILANESA</b>	TORTILLA DE PATACA CON CHAMPIÑONS	<b>ESPADÁ Á PRANCHA CON ENSALADA</b>	PATACAS CON MAGRO DE CERDO	<b>ESTUFADO DE TENREIRA CON VERDURIÑAS E PATACA</b>	HAMBURGUESA DE XARDA CON ARROZ
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
4ª Semana	18-nov	Suxerencias de Cea	19-nov	Suxerencias de Cea	20-nov	Suxerencias de Cea	21-nov	Suxerencias de Cea	22-nov	Suxerencias de Cea
	<b>PAELLA VEXETAL</b>	ENSALADA DE LEITUGA E AGUACATE	<b>CREMA DE BRÉCOL</b>	ESCALIBADA E BONIATO ASADO	<b>CALDO GALEGO CON FABAS LIXEIRO</b>	ENSALADA DE BROTES VERDES	<b>ENSALADA DE TOMATE CON CENORIA RELADA , ESPÁRRAGOS E OVO COCIDO</b>	CREMA DE VERDURAS	<b>SOPA DE CENORIA E CABACIN CON FIDEOS</b>	COGUMELOS CON XAMÓN
	<b>POLO ASADO CON ENSALADA</b>	DORADA CON PATACA COCIDA	<b>PASTA CON SALSA BOLOÑESA DE TENREIRA MAGRA</b>	TORTILLA FRANCESA DE XAMÓN COCIDO E QUEIXO	<b>SALMÓN CON VERDURIÑAS</b>	LURAS CON ARROZ	<b>RAXO Á NAPOLITANA LIXEIRO CON ARROZ OU PATACA COCIDA</b>	REVOLTO DE OVO CON PASTA	<b>PESCADA CON ENSALADA</b>	MEXILLÓNS CON PATACA COCIDA
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
5ª Semana	25-nov	Suxerencias de Cea	26-nov	Suxerencias de Cea	27-nov	Suxerencias de Cea	28-nov	Suxerencias de Cea	29-nov	Suxerencias de Cea
	<b>ENSALADA TROPICAL ( CON PIÑA PÉXEGO E ATÚN)</b>	ENSALADA DE TOMATE CON QUEIXO E OUREGO	<b>FABADA VEXETAL</b>	TIMBAL DE TOMATE CON AGUACATE	<b>ARROZ TRES DELICIAS</b>	ENSALADA DE ESCAROLA	<b>ENSALADA GREGA ( CON QUEIXO)</b>	ENSALADA DE TOMATE, ESPÁRRAGOS E CENORIA RELADA	<b>CREMA DE VERDURAS</b>	CANELÓNS DE VERDURAS
	<b>MUSLOS DE POLO Á CAMPESINA CON PATACA</b>	PASTEL DE VERDURAS	<b>VENTRESCA Ó FORNO CON BRECOL</b>	ZORZA DE POLO CON TRIGO SARRACENO	<b>LOMBO Á PRANCHA CON MACEDONIA DE VERDURAS</b>	GUISO DE MELVA CON PATACA	<b>GUISO DE TENREIRA E PATACA</b>	OVOS ESTRELADOS CON CHÍCHAROS E SALSA DE TOMATE	<b>ROLIÑOS DE ATÚN CON ENSALADA</b>	LOMBO AO FORNO
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA