


MENU CENTRO DE DIA XUÑO 2.022

	LUNS		MARTES		MÉRCORES		XOVES		VENRES	
1ª Semana					01-jun	Suxerencias de Cea	02-jun	Suxerencias de Cea	03-jun	Suxerencias de Cea
					XUDIAS CON OVO	ENSALADA CON PATACA COCIDA	ENSALADA MIXTA OU CREMA DE CHICHAROS	WOK DE VERDURAS SALTEADAS	CREMA DE VERDURAS	ENSALADA DE ARROZ, TOMATE FRESCO E QUEIXO
					ARROZ Á MILANESA	HAMBURGUESA DE GARAVANZOS	LOMBO Ó FORNO CON PASTA	PEIXE CON BONIATO ASADO	PALOMETA EN SALSAS CON PATACA	
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	
2ª Semana	06-jun	Suxerencias de Cea	07-jun	Suxerencias de Cea	08-jun	Suxerencias de Cea	09-jun	Suxerencias de Cea	10-jun	Suxerencias de Cea
	LENTELLAS VEXETAIS	ENSALADA DE QUINOA CON DADOS DE TOMATE E AGUACATE	ENSALADA DE PASTA	GRELLADA DE VERDURAS	ARROZ TRES DELICIAS	ENSALADA DE LEITUGA E MANGO	CREMA DE CENORIA	ESPÁRRAGOS TRIGUEROS Á PRANCHA	CHICHAROS CON XAMÓN	PEMENTOS ASADOS
	PESCADA O FORNO CON VERDURAS E ARROZ	POLO Á PRANCHA	PEITUGA EN SALSAS CON VERDURIÑAS	HAMBURGUESA DE LENTELLAS	PEIXE Á ROMANA CON ENSALADA	REVOLTO DE OVO E MACARRÓNS	LOMBO Á NAPOLITANA CON PATACA	HAMBURGUESAS DE SOIA CON GUACAMOLE E RÚCULA	POLO ESTUFADO CON VERDURAS E PASTA	PEIXE CON PATACA
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
3ª Semana	13-jun	Suxerencias de Cea	14-jun	Suxerencias de Cea	15-jun	Suxerencias de Cea	16-jun	Suxerencias de Cea	17-jun	Suxerencias de Cea
	ENSALADA DE ARROZ	ENSALADA CAMPERA DE PATACA COCIDA, TOMATE, ESPÁRRAGOS, PEMENTO, CENORIA	MINISTRA SALTEADA	ENSALADA VARIADA	ENSALADA MEDITERRÁNEA	ENSALADA DE LOMBARDA E MAZÁ	PASTA CON SALTEADO DE COGUMELOS E XAMÓN	ENSALADA DE LEITUGA E AGUACATE	CREMA DE BRÉCOL	PUCHEIRO DE VERDURA, PASTA E POLO
	ZORZA DE POLO CON VERDURAS E PATACA	QUEIXO DE BURGOS	FIDEUÁ DE PEIXE	HAMBURGUESA DE QUINOA E FABAS	TENREIRA ESTUFADA CON ARROZ	TORTILLA PAISANA CON BERENXENA	PESCADA A ROMANA CON ENSALADA	FALAFEL	PASTA LIXEIRA CON ATÚN AL NATURAL, TOMATE LIXEIRO E ALFABEGA	
	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
4ª Semana	20-jun	Suxerencias de Cea	21-jun	Suxerencias de Cea	22-jun	Suxerencias de Cea	23-jun	Suxerencias de Cea	24-jun	Suxerencias de Cea
	CREMA DE COLIFLOR E CENOIRA	ENSALADA DE CENORIA	PASTA GRATINADA	ESPÁRRAGOS TRIGUEROS	CREMA DE CABAZA	ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA	GARAVANZOS CON ESPINACAS	ENSALADA DE FABAS	FESTIVO	CREMA DE PORROS CON PATACA
	PESCADA Á GALEGA CON PATACA	PAVO Á PRANCHA, GORNICIÓN QUINOA	PEITUGA EN SALSAS DE MANGO CON ENSALADA	REVOLTO DE CHICHAROS CON XAMÓN	ALBÓNDEGAS CASEIRAS CON ARROZ BRANCO	PEIXE Á PRANCHA CON PATACA COCIDA	BACALLAU CON PATACA	QUEIXO		PAVO CON GORNICIÓN DE CHICHAROS CON XAMÓN
	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	
5ª Semana	27-jun	Suxerencias de Cea	28-jun	Suxerencias de Cea	29-jun	Suxerencias de Cea	30-jun	Suxerencias de Cea		
	SALPICÓN	ENSALADA CON LEITUGA	RISSOTO DE VERDURAS	ESPÁRRAGOS TRIGUEROS	PISTO CON OVO	ENSALADA CON AMORODOS	SOPA DE VERDURAS	ENSALADA CON ARANDOS		
	RAPANTE A PRANCHA CON PATATA COCIDA	LASAÑA DE ESPINACAS CON REQUESÓN	POLO ESTUFADO CON BRÉCOL E CENOIRA	ENSALADA DE GARAVANZOS CON AGUACATE E TOMATE	PESCADA Á ROMANA CON PATACA ASADA	TORTILLA DE PATACA	GUIZO DE TENREIRA CON PASTA	HAMBURGUESA DE LENTELLAS		
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA		