

MENU NORMOCALORICO XULLO 2.022

	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES					
1ª Semana	  				01-jul	SUXERENCIA DE CEA				
					A CON BRÉCOL E BECHAMEL	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E COGOMBRO				
					ATÚN O FORNO CON PATACA O VAPOR	HAMBURGUESA DE GARAVANZOS				
	FROITA	FROITA								
2ª Semana	04-jul	SUXERENCIA DE CEA	05-jul	SUXERENCIA DE CEA	06-jul	SUXERENCIA DE CEA	07-jul	SUXERENCIA DE CEA	08-jul	SUXERENCIA DE CEA
	 <p>PISTO CON OVO</p>	PASTA CON VERDURAS E FABAS BRANCAS	XUDIAS CON XAMÓN	TOMATES AO FORNO	PASTA EN SALSA DE QUEIXO	ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E CENORIA RELADA	 <p>CREMA DE CABACIÑA</p>	ENSALADA CON PIÑA E QUEIXO	CREMA VEXETAL	BERENXENA Á PRANCHA
	POLO Á CAZADORA		PESCADA O FORNO CON GUARNICIÓN	ARROZ TRES DELICIAS CON GAMBAS, VERDURAS E OVO	LOMBO O FORNO CON VERDURAS	REVOLTO DE OVO, ESPINACAS E GAMBAS	PEIXE A ROMANA CON ENSALADA	HAMBURGUESA DE LENTELLAS	FILETE RUSO CON ARROZ	FALAFEL CON RÚCULA
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
3ª Semana	11-jul	SUXERENCIA DE CEA	12-jul	SUXERENCIA DE CEA	13-jul	SUXERENCIA DE CEA	14-jul	SUXERENCIA DE CEA	15-jul	SUXERENCIA DE CEA
	ENSALADA CON XOUBAS E QUEIXO	ENSALADA DE CABAZA ASADA CON QUEIXO FETA E OLIVAS NEGRAS	CHICHAROS Á ANDALUZA	ENSALADA DE LEITUGA, COENGOS E RÚCULA	BRÉCOL GRATINADO	ENSALADA DE ESPINACAS, TOMATE SECO E QUEIXO	 <p>CREMA DE CENORIA</p>	ENSALADA DE TOMATE, COGOMBRO E PEMENTO	PASTEL DE VERDURAS	COLIFLOR Ó VAPOR
	POLO ASADO CON PURÉ DE PATACA	PEMENTOS RECHEOS DE ATÚN, SALSA DE TOMATE E OVO COCIDO	LASAÑA CASEIRA	HAMBURGUESA DE FABAS PINTAS CON ARROZ	PESCADA A GALEGA CON PATACA	TORTILLA DE PATACA CON PEMENTO	OSOBUCO DE PAVO CON ARROZ	XARDA OU XURELO CON PATACA COCIDA	FIDEUÁ DE PEIXE	LOMBO Á PRANCHA CON PATACA FRITA
	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
4ª Semana	18-jul	SUXERENCIA DE CEA	19-jul	SUXERENCIA DE CEA	20-jul	SUXERENCIA DE CEA	21-jul	SUXERENCIA DE CEA	22-jul	SUXERENCIA DE CEA
	PASTA CON VERDURAS	ARROZ CON ESPINACAS E PIÑONS	CREMA DE PORRO	ENSALADA DE TOMATE, OLIVAS, CENORIA, PEMENTO E APIO RELADO	ENSALADA DE FABAS BRANCAS	PARRILLADA DE VERDURAS	ARROZ CON CHAMPIÑONS	FERVIDO DE VERDURAS CON PATACA	CHICHAROS Á MARIÑEIRA	PATACAS CON VERDURAS ASADAS
	PEIXE ESPADA CON ENSALADA	POLO CON VERDURAS	ZORZA DE POLO CON ARROZ BRANCO	REVOLTO DE OVO, PASTA E MAGRO	LOMBO EN SALSA CON PATACA	SARGO AO FORNO CON ARROZ SALVAXE	PESCADA Á ROMANA CON VERDURAS	OVOS Ó PRATO	PEITUGA CON ENSALADA	PEIXE EN PAPILOTE CON PORRO E CENORIA
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
5ª Semana	25-jul	SUXERENCIA DE CEA	26-jul	SUXERENCIA DE CEA	27-jul	SUXERENCIA DE CEA	28-jul	SUXERENCIA DE CEA	29-jul	SUXERENCIA DE CEA
	FESTIVO	PATACA CON SALSA VERDE	ARROZ TRES DELICIAS	ENSALADA DE TOMATE CON AGUACATE	ENSALADA VARIADA	ENSALADA CAMPERA CON PATACA COCIDA E TOMATE	MACARRONS CON CHOURIZO	GAZPACHO	PAELLA VEXETAL	ENSALADA DE LEITUGA, COENGOS E RÚCULA
		PEIXE A PRANCHA CON VERDURITAS	PESCADA O FORNO CON GUARNICIÓN	REVOLTO DE OVO CON PATACA E PEMENTO	XAMÓN ASADO CON ARROZ	HAMBURGUESA DE LENTELLAS	PALOMETA EN SALSA VERDE CON GORNICIÓN DE VERDURAS	GARVANZOS CON CABACÍN E BONIATO	TORTILLA CON ENSALADA	HAMBURGUESA DE PESCADA CON CEBOLA E QUEIXO
	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	