

MENU BASAL CENTRO DE DIA NOVEMBRO 2.023

	LUNS		MARTES		MÉRCORES		XOVES		VENRES	
		Suxerencia de cea		Suxerencia de cea	01-nov	Suxerencia de cea	02-nov	Suxerencia de cea	03-nov	Suxerencias de cea
1ª Semana					FESTIVO NACIONAL		CHÍCHAROS Á ANDALUZA	ENSALADA VARIADA	SOPA DE PIÑÓN	ENSALADA DE TOMATE CON RÚCULA
							LOMBO Á NAPOLITANA CON PATACA	HAMBURGUESA DE LENTELLAS	PESCADA Á ROMANA CON ENSALADA	PAVO CON PURÉ DE PATACA
							FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
	06-nov	Suxerencia de cea	07-nov	Suxerencia de cea	08-nov	Suxerencia de cea	09-nov	Suxerencia de cea	10-nov	Suxerencia de cea
2ª Semana	MINESTRA SALTEADA	BONIATO ASADO CON PATACA ASADA	CREMA MINISTRONE CON GARAVANZOS	COLIFLOR GRATINADA	SOPA DE POLO	ENSALADA CAMPERA CON PATACA COCIDA	CREMA VEXETAL	WRAPS DE LETUGA CON TOMATE, CENORIA, PEMENTO. ETC	ENSALADA MEDITERRÁNEA OU CREMA DE VERDURAS	ESPÁRRAÇOS TRIGUEROS Á PRANCHA
	ARROZ Á MILANESA	OVOS ESTRELADOS	PEIXE Á ROMANA CON ENSALADA	KREPS DE XAMÓN COCIDO E QUEIXO	RAXO Ó FORNO CON PATACA E VERDURIÑAS	OVOS RECHEOS DE ATÚN	PESCADA EN SALSA VERDE CON ARROZ	HAMBURGUESA DE GARAVANZOS	SAN XACOBO OU LOMBO CON PATACAS	HAMBURGUESA DE XARDA CON ARROZ
	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
	13-nov	Suxerencia de cea	14-nov	Suxerencia de cea	15-nov	Suxerencia de cea	16-nov	Suxerencia de cea	17-nov	Suxerencia de cea
3ª Semana	LENTELLAS ESTUFADAS	ENSALADA DE LETUGA E AGUACATE	CREMA DE COLIFLOR	ENSALADA DE TOMATE CON PATACA COCIDA	XUDIAS CON OVO	ESPINACAS CON BECHAMEL	SOPA HORTELANA	ENSALADA VARIADA	ENSALADA MIXTA OU CREMA DE VERDURAS	COGUMELOS CON XAMÓN
	PEITUGA A PRANCHA CON ENSALADA OU VERDURIÑAS COCIDAS	DORADA CON PATACA COCIDA	PASTA CON SALSA BOLOÑESA	PEIXE AO FORNO	PESCADA Á GALEGA CON PATACA	FIDEUÁ CON OVO RELADO	GUIZO DE POLO CON FIDEO	PATACAS CON MAGRO DE CERDO	PESCADA Á ROMANA CON ARROZ	MEXILLÓN CON PATACA
	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
	20-nov	Suxerencia de cea	21-nov	Suxerencia de cea	22-nov	Suxerencia de cea	23-nov	Suxerencia de cea	24-nov	Suxerencia de cea
4ª Semana	CHICHAROS CON XAMÓN	ENSALADA DE TOMATE CON QUEIXO E OUREGO	SOPA DE PIÑÓN E POLO	ESCALIBADA E BONIATO ASADO	ENSALADA MARIÑEIRA OU CREMA DE VERDURAS	GRELLADA DE VERDURAS	FABADA VEXETAL	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE CENOIRA	CANELÓN DE VERDURAS
	PAVO A CAZADORA CON VERDURAS E ARROZ	PASTEL DE VERDURAS	PESCADA O FORNO CON PATACA E VERDURITA	TORTILLA FRANCESA DE XAMÓN COCIDO E QUEIXO	GUIZO DE CARNE CON PASTA	LURAS CON ARROZ	LOMBO A PRANCHA CON VERDURIÑAS E ARROZ	REVOLTO DE OVO CON PASTA	TORTILLA DE PATACA E ATÚN CON ENSALADA	LOMBO AO FORNO
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
	27-nov	Suxerencias de Cea	28-nov	Suxerencia de cea	29-nov	Suxerencia de cea	30-nov	Suxerencia de cea		
5ª Semana	SOPA DE VERDURAS MINISTRONE (CON LEGUMES)	ENSALADA DE TOMATE	CREMA DE BRÉCOL	TIMBAL DE TOMATE CON AGUACATE	XUDIAS SALTEADAS	ENSALADA DE ESCAROLA	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	NUTRICIONISTA: ANA ISABEL FERNÁNDEZ ESCUREDO. Nº COL:GA:00117	
	VENTRESCA DE PESCADA O FORNO CON PATACA	HAMBURGUESA DE GARAVANZOS	HAMBURGUESA CON MACARRÓN E SALSA DE TOMATE	PEIXE CON TRIGO SARRACENO	POLO ASADO CON ARROZ	GUIZO DE MELVA CON PATACA	FILETE DE PESCADA REBOZADA CON PATACA	REVOLTO DE OVO CON VERDURAS		
	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA		