

MENÚ CENTRO DE DIA MARZO 2024

		LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES				
1ª Semana								01-mar	Suxerencias de Cea	
								ENSALADA TROPICAL O CREMA DE VERDURAS	VERDURA COCIDA	
								PEITUGA DE POLO Á PRANCHA CON PATACAS	HAMBURGUESA DE LEGUMES	
								FROITA	FROITA	
2ª Semana	04-mar	Suxerencias de Cea	05-mar	Suxerencias de Cea	06-mar	Suxerencias de Cea	07-mar	Suxerencias de Cea	08-mar	Suxerencias de Cea
	CHÍCHAROS CON XAMÓN	WOK DE VERDURAS	CREMA DE BRÉCOL	ENSALADA DE LEITUGA E LARANXA	ENSALADA MIXTA O FERVIDO DE VERDURAS	FERVIDO DE VERDURAS	XUDÍAS CON OVO	ENSALADA CON MAZÁ RELADA	CREMA DE CABACÍN	ENSLADA DE BROTES VERDES
	PEIXE Á ROMANA CON ENSALADA	GARAVANZOS SALTEADOS	ARROZ MILANESA	PEIXE AO FORNO	LOMBO O FORNO CON PATACAS	REVOLTO DE CHÍCHAROS	FIDEUA DE PEIXE	HAMBURGUESA DE LENTELLAS	ALBÓNDEGAS CON ARROZ	TORTILLA DE PATACA
	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
3ª Semana	11-mar	Suxerencias de Cea	12-mar	Suxerencias de Cea	13-mar	Suxerencias de Cea	14-mar	Suxerencias de Cea	15-mar	Suxerencias de Cea
	ENSALADA DE XOUBAS E QUEIXO	PUCHEIRO DE GARAVANZOS CON CABAZA	CREMA DE CENORIA	ENSALADA VARIADA	ARROZ TRES DELICIAS	ENSALADA VARIADA	LENTELLAS VEXETAIS	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE PIÑON	COLIFLOR ASADA
	FILETE EN SALSA DE COGUMELOS CON PATACAS		PASTA CON SALMÓN	TORTILLA FRANCESA CON TORRADA DE PAN	PEITUGA A PRANCHA CON VERDURAS E PATACAS	MEXILLÓNS AO VAPOR	HAMBURGUESA DE PEIXE CON ENSALADA	FILLOA DE QUEIXO	PAVO ESTUFADO CON VERDURAS E ARROZ	HUMUS CON ENSALADA DE TOMATE
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
4ª Semana	18-mar	Suxerencias de Cea	19-mar	Suxerencias de Cea	20-mar	Suxerencias de Cea	21-mar	Suxerencias de Cea	22-mar	Suxerencias de Cea
	ENSALADA VARIADA	BRÓCOLI	FABADA VEXETAL	ENSALADA DE ESPINACAS	CALDO GALEGO	ENSALADA DE TOMATE CON AGUACATE	CHÍCHAROS Á ANDALUZA	FERVIDO DE XUDÍAS VERDES	SOPA DE XUDÍAS VERDES E PASTA	CABACÍN AO FORNO
	LOMBO Á PRANCHA CON PATACAS	TRUCHA AO FORNO	PALOMETA EN SALSA CON MACEDONIA DE VERDURAS	TORTILLA DE PATACA	PASTA CON BOLOÑESA	PEIXE AO VAPOR	ZORZA DE POLO CON ARROZ	HAMBURGUESA DE LENTELLAS	LIRIO Á ROMANA CON ENSALADA	TORTILLA DE PATACA
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
5ª Semana	25-mar	Suxerencias de Cea	26-mar	Suxerencias de Cea	27-mar	Suxerencias de Cea	28-mar	Suxerencias de Cea	29-mar	Suxerencias de Cea
	CREMA DE VERDURAS	ENSALADA DE TOMATE	LENTELLAS ESTUFADAS	ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE	ARROZ CON COGOMELOS	ESPINACAS CON BECHAMEL	CREMA DE COLIFLOR	ENSALADA VARIADA CON HUMUS	ENSALADA MIXTA OU CREMA DE VERDURAS	BERENXENA CON QUEIXO E XAMÓN AO FORNO
	RISOTTO DE POLO	TORTILLA DE PATACA	RAIA Á GALEGA CON VERDURAS E PATACAS	REVOLTO DE ESPINACAS	HAMBURGUESA MIXTA CON ENSALADA	GARAVANZOS ESTUFADOS CON VERDURAS	NUGGETS DE POLO CON PASTA		PEIXE CON GORNICIÓN DE PATACA	
	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA