

	Luns		Martes		Mércores		Xoves		Venres		
1ª Semana							01 agosto	Suxerencias cea	02 agosto	Suxerencias de Cea	
							CHÍCHAROS CON XAMÓN	BURRITO DE VERDURAS	ENSALADILLA	QUINOA CON SALSA DE TOMATE	
							PEITUGA DE POLO Á PRANCHA CON ENSALADA	PEIXE CON KALE	PEIXE AO FORNO CON GORNICIÓN DE VERDURAS	GARAVANZOS CON XUDIÁS VERDES	
						FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	
2ª Semana	05 agosto	Suxerencias cea	06 agosto	Suxerencias cea	07 agosto	Suxerencias cea	08 agosto	Suxerencias cea	09 agosto	Suxerencias cea	
	XUDIÁS CON OVO	ENSALADA	EMPANADILLAS	ENSALADA DE COENGOS CON AMORODOS E QUEIXO	CREMA DE VERDURAS CON PATACA	ENSALADA VERDE	ARROZ TRES DELICIAS	ENSALADA DE LEITUGA CON MAZÁ	CREMA DE CABACIÑA	ENSALADA DE TOMATE E CEBOLA	
	ESTUFADO DE CARNE CON VERDURAS	LURAS Á PRANCHA CON QUINOA	PESCADA CON VERDURIÑAS E PATACA	OVOS AO PRATO CON PATACA COCIDA	POLO AO FORNO CON GORNICIÓN DE VERDURAS	HAMBURGUESA VEXETAL	PEIXE CON ENSALADA	OVOS Ó PRATO CON CHÍCHAROS E SALSA DE TOMATE	MACARRÓNS BOLOÑESA	CHIPIRONS Á PRANCHA CON GORNICIÓN DE LEGUMES	
FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA		
3ª Semana	12 agosto	Suxerencias cea	13 agosto	Suxerencias cea	14 agosto	Suxerencias cea	15 agosto	Suxerencias cea	16 agosto	Suxerencias cea	
	PASTA GRATINADA	EMPANADA VEXETAL	ENSALADA MIXTA	PATACA CON PEMENTOS ASADOS	CROQUETAS	ENSALADA	FESTIVO			REVOLTO DE OVO CON VERDURAS	ENSALADA MIMOSA
	PESCADA AO FORNO CON BRÓCOLI E PATACA	REVOLTO DE OVO CON BRÓCOLI E PORRO	HAMBURGUESA CON ARROZ	REVOLTO DE OVO, ACELGAS E GAMBAS	PEIXE BRANCO CON VERDURIÑAS OU ENSALADA	ARROZ CON VERDURIÑAS E POLO				RAXO CON PASTA	OVOS AO PRATO
FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA				FROITA	
4ª Semana	19 agosto	Suxerencias cea	20 agosto	Suxerencias cea	21 agosto	Suxerencias cea	22 agosto	Suxerencias cea	23 agosto	Suxerencias cea	
	PISTO DE VERDURAS	ENSALADA CON AMORODOS E QUEIXO	FAIXIÑAS RECHEAS OU CREMA DE VERDURAS	ENSALADA CON PIÑA	SALPICÓN DE PEIXE OU CREMA DE CENORIA	ARROZ DE COLIFLOR	ENSALADA DE LENTELLAS OU CREMA DE LEGUMES	TABULÉ DE COUSCOUS CON LEGUMES	CHÍCHAROS Á ANDALUZA	GAZPACHO	
	PEITUGA CON ARROZ	EMPANADA DE XOUBAS	PESCADA Á GALEGA CON PATACA E VERDURAS	HAMBURGUESA DE GARAVANZOS	XAMÓN ASADO CON VERDURAS E PASTA	TORTILLA PAISANA	PEIXE CON PATACA E VERDURIÑAS	TORTILLA DE CABACÍN E QUEIXO	ESTUFADO DE POLO	PESCADA Á GALEGA	
FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA		
5ª Semana	26 agosto	Suxerencias cea	27 agosto	Suxerencias cea	28 agosto	Suxerencias cea	29 agosto	Suxerencias cea	30 agosto	Suxerencias cea	
	MINESTRA CON OVO	SETAS Á GRELA	CREMA DE CABAZA CON CEBOLA E GARAVANZOS	ESPÁRRAGOS TRIGUEIROS	PIZZA OU SOPA DE FIDEOS	ENSALADA DE TOMATE CON QUEIXO E OUREGO	ENSALADILLA	ENSALADA	ENSALADA DE TOMATE	GRELLADA DE VERDURAS	
	MACARRÓNS CON XARDA	LURAS	POLO CON ARROZ	XARDA CON PATACA COCIDA	PEIXE CON ENSALADA	REVOLTO DE OVO CON COGUMELOS	LOMBO ASADO CON COGUMELOS E VERDURIÑAS	XOUBAS	TORTILLA DE PATACA	HAMBURGUESA DE LEGUMES	
FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA		