



luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
			FESTIVO	2 Lentellas vexetáis Peituga de polo rebozada con patacas Postre Samáin
5 Sopa de letras Tenreira con patacas Iogur de sabores	6 Salteado de verduras Pasta tiburón con peixe (fogonero) Froita de tempada	7 Croquetas de peixe (atún) Estufado de pavo Iogur de sabores	8 Potaxe de garavanzos Pescada con verduras Froita de tempada	9 Empanada de atún Paella de polo Natilla
12 Crema de cenorias Polo con patacas Iogur de sabores	13 Fidegua vexetal Albóndegas caseiras de peixe con patacas (pescada) Froita de tempada	14 Menestra de verduras Lomo ao forno con patacas Iogur de sabores	15 Sopa cuscus Pescada rebozada con arroz Froita de tempada	16 Chícharos con xamón Tortilla de patacas Flan
19 Refogado de verduras Redondo de carne picada con patacas Iogur de sabores	20 Xudías guisadas Atún con pasta e verduras Froita de tempada	21 Sopa de fideos Polo ao forno con patacas Iogur de sabores	22 Empanada de carne Pescada con patacas Froita de tempada	23 Lentellas vexetáis Milanesa de polo con arroz Iogur natural
26 Crema de cenorias Albóndegas de polo e tenreira con patacas Iogur de sabores	27 Sopa cuscus Filete de pescada a galega Froita de tempada	28 Fabas vexetáis Lomo con patacas Iogur de sabores	29 Empanada de atún Pasta con brécol e ovo Froita de tempada	30 Crema de alloporro Pavo con arroz Natilla





luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
			1	2
			FESTIVO	Lentellas vexetáis Peituga de polo rebozada con patacas Postre Samaín (sen lácteos)
5	6	7	8	9
Sopa de letras Tenreira con patacas Iogur de soia	Salteado de verduras Pasta tiburón con peixe Froita de tempada	Croquetas de peixe (sen lácteos) Estufado de pavo Iogur de soia	Potaxe de garavanzos Pescada con verduras Froita de tempada	Empanada de atún Paella de polo Iogur de soia
12	13	14	15	16
Crema de cenorias Polo con patacas Iogur de soia	Fidegua vexetal Albóndegas caseiras de peixe con patacas Froita de tempada	Menestra de verduras Lomo ao forno con patacas Iogur de soia	Sopa cuscus Pescada rebozada con arroz Froita de tempada	Chícharos con xamón Tortilla de patacas Iogur de soia
19	20	21	22	23
Refogado de verduras Redondo de carne picada con patacas Iogur de soia	Xudías guisadas Atún con pasta e verduras Froita de tempada	Sopa de fideos Polo ao forno con patacas Iogur de soia	Empanada de carne Pescada con patacas Froita de tempada	Lentellas vexetáis Milanesa de polo con arroz Iogur de soia
26	27	28	29	30
Crema de cenorias Albóndegas de polo e tenreira con patacas Iogur de soia	Sopa cuscus Filete de pescada a galega Froita de tempada	Fabas vexetáis Lomo con patacas Iogur de soia	Empanada de atún Pasta con brécol e ovo Froita de tempada	Crema de alloporro Pavo con arroz Iogur de soia





luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
			Festivo	<p>12 Puré de polo con cabaza, cabaciña, cenoria, alloporro e aceite de oliva</p> <p>Iogur natural</p>
<p>13 Puré de tenreira con cenoria, xudía, patacas e aceite de oliva</p> <p>Iogur natural</p>	<p>14 Puré de bacallao con cabaciña, tomate, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva</p> <p>Compota</p>	<p>15 Puré de pavo con cabaza, cenoria, pataca e aceite de oliva</p> <p>Iogur natural</p>	<p>16 Puré de pescada con arroz, alloporro, xudía, cenoria, cabaciña e aceite de oliva</p> <p>Compota</p>	<p>17 Puré de polo con xudías, patacas, cabaza e aceite de oliva</p> <p>Iogur natural</p>
<p>18 Puré de tenreira con xudías, cabaza, cenoria, alloporro, patacas e aceite de oliva</p> <p>Iogur natural</p>	<p>19 Puré de pescada con salteado de verduras, arroz e aceite de oliva</p> <p>Compota</p>	<p>20 Puré de pavo con cenoria, alloporro, cabaciña, patacas e aceite de oliva</p> <p>Iogur natural</p>	<p>21 Puré de peixe con xudía, cabaza, cenoria, patacas e aceite de oliva</p> <p>Compota</p>	<p>22 Puré de polo con cabaciña, cenoria, cebola, arroz e aceite de oliva</p> <p>Iogur natural</p>
<p>23 Puré de pavo con cenoria, cabaza, arroz e aceite de oliva</p> <p>Iogur natural</p>	<p>24 Puré de bacallao con chíncaros, cenorias, cabaza, patacas e aceite de oliva</p> <p>Compota</p>	<p>25 Puré de polon con cabaciña, cenorias, pataca e aceite de oliva</p> <p>Iogur natural</p>	<p>26 Puré de pescada con xudías, cenoria, cebola, pataca e aceite de oliva</p> <p>Compota</p>	<p>27 Puré de tenreira con arroz, cabaza, cabaciña, cenorias, alloporro e aceite de oliva</p> <p>Iogur natural</p>
<p>28 Puré de pavo con xudías, cenorias, chíncaros, cebola, arroz e aceite de oliva</p> <p>Iogur natural</p>	<p>29 Puré e bacallao con cabaciña, cenorias, cabaza, pataca e aceite de oliva</p> <p>Compota</p>	<p>30 Puré de polo con xudías, cabaza, cenorias, patacas e aceite de oliva</p> <p>Iogur natural</p>	<p>31 Puré de pescada con cabaciña, cabaza, alloporro, arroz e aceite de oliva</p> <p>Compota</p>	<p>32 Puré de tenreira con cenoria, xudías, pataca e aceite de oliva</p> <p>Iogur natural</p>





luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
			Festivo	<p>12 Puré de polo con cabaza, cabaciña, cenoria, alloporro e aceite de oliva</p> <p>Iogur de soia</p>
<p>13 Puré de tenreira con cenoria, xudía, patacas e aceite de oliva</p> <p>Iogur de soia</p>	<p>14 Puré de bacallao con cabaciña, tomate, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva</p> <p>Compota</p>	<p>15 Puré de pavo con cabaza, cenoria, pataca e aceite de oliva</p> <p>Iogur de soia</p>	<p>16 Puré de pescada con arroz, alloporro, xudía, cenoria, cabaciña e aceite de oliva</p> <p>Compota</p>	<p>17 Puré de polo con xudías, patacas, cabaza e aceite de oliva</p> <p>Iogur de soia</p>
<p>18 Puré de tenreira con xudías, cabaza, cenoria, alloporro, patacas e aceite de oliva</p> <p>Iogur de soia</p>	<p>19 Puré de pescada con salteado de verduras, arroz e aceite de oliva</p> <p>Compota</p>	<p>20 Puré de pavo con cenoria, alloporro, cabaciña, patacas e aceite de oliva</p> <p>Iogur de soia</p>	<p>21 Puré de peixe con xudía, cabaza, cenoria, patacas e aceite de oliva</p> <p>Compota</p>	<p>22 Puré de polo con cabaciña, cenoria, cebola, arroz e aceite de oliva</p> <p>Iogur de soia</p>
<p>23 Puré de pavo con cenoria, cabaza, arroz e aceite de oliva</p> <p>Iogur de soia</p>	<p>24 Puré de bacallao con chíncaros, cenorias, cabaza, patacas e aceite de oliva</p> <p>Compota</p>	<p>25 Puré de polon con cabaciña, cenorias, pataca e aceite de oliva</p> <p>Iogur de soia</p>	<p>26 Puré de pescada con xudías, cenoria, cebola, pataca e aceite de oliva</p> <p>Compota</p>	<p>27 Puré de tenreira con arroz, cabaza, cabaciña, cenorias, alloporro e aceite de oliva</p> <p>Iogur de soia</p>
<p>28 Puré de pavo con xudías, cenorias, chíncaros, cebola, arroz e aceite de oliva</p> <p>Iogur de soia</p>	<p>29 Puré de bacallao con cabaciña, cenorias, cabaza, pataca e aceite de oliva</p> <p>Compota</p>	<p>30 Puré de polo con xudías, cabaza, cenorias, patacas e aceite de oliva</p> <p>Iogur de soia</p>	<p>31 Puré de pescada con cabaciña, cabaza, alloporro, arroz e aceite de oliva</p> <p>Compota</p>	<p>32 Puré de tenreira con cenoria, xudías, pataca e aceite de oliva</p> <p>Iogur de soia</p>

