



MENÚ XANEIRO – MARZO 2024

SEMANAS		PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA
8-12 XANEIRO	L	LENTELLAS GUIADAS	ARROZ Á CUBANA	FROITA
	M	SOPA DE FIDEOS	MILANESA DE POLO CON PATACA GUISADA E CENORIA	FROITA
5-9 FEBREIRO	M	CALDO GALEGO	PEIXE CON VERDURA AO FORNO	FROITA
4-8 MARZO	X	CREMA DE VERDURAS	SPAGUETI BOLOÑESA	FROITA
	V	ENSALADA DE TEMPADA	GUIISO DE PEIXE E VERDURAS	MOUSSE DE LIMÓN/FROITA

SEMANAS		PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA
15-19 XANEIRO	L	ENSALADA ANDAINA	TALLARÍNS CON OVO E VERDURAS	IOGUR/FROITA
	M	FABADA CON VERDURAS	RISOTO DE SETAS/COGUMELOS E VERDURAS	FROITA
12-16 FEBREIRO	M	TOSTAS DE TOMATE, AGUACATE E AOVE/HUMUS	RAXO DE PAVO CON PATACAS FRITIDAS	FROITA
11-15 MARZO	X	SOPA DE ESTRELIÑAS	PEIXE EN SALSA MEDITERRÁNEA	FROITA
	V	VERDURA Á GALEGA	LASAÑA	FROITA

SEMANAS		PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA
22-26 XANEIRO	L	ENSALADA DE TEMPADA	DELICIAS DE POLO CON ARROZ	IOGUR/FROITA
	M	CROQUETAS CASEIRAS	PEIXE Á GALEGA CON CHÍCHAROS	FROITA
19-23 FEBREIRO	M	CREMA DE VERDURAS	PIZZA	FROITA
18-22 MARZO	X	SOPA DE FIDEOS E VERDURAS	TENREIRA CON PATACAS E CENORIA ASADA	FROITA
	V	LENTELLAS GUIADAS	FIDEUA DE PEIXE E VERDURAS	FROITA

SEMANAS		PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA
29 -2 FEBREIRO	L	ENSALADA DE TEMPADA	MACARRÓNS CON PAVO E VERDURAS	IOGUR/FROITA
	M	CREMA DE VERDURAS	ARROZ CON PEIXE E VERDURAS	FROITA
26-1 MARZO	M	SOPA DE ESTRELIÑAS E VERDURA	COSTILLA AO FORNO CON PATACA FRITIDA E ENSALADA	FROITA
2-5 ABRIL	X	POTAXE DE GARAVANZOS	PEIXE FRITIDO CON VERDURA AO FORNO	FROITA
	V	TOSTAS CON GUACAMOLE/HUMMUS	GUIISO DE TENREIRA E VERDURAS	FROITA

OUTROS MENÚS

	SOBREMESA		
ADSTRINXENTE	ADAPTADO SOBRE O MENÚ DIARIO		
DÍA DE FESTA ENTROIDO	ENSALADA DE TEMPADA	ESPAGUETI BOLOÑESA	FLAN/FROITA



MENÚ OVO-LÁCTEO-VEXETARIANO

XANEIRO – MARZO 2024

SEMANAS		PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA
8-12 XANEIRO	L	LENTELLAS VEXETAIS	ARROZ Á CUBANA	FROITA
	M	SOPA XULIANA CON CUSCUS	HAMBURGUESA DE VERDURAS CON PATACA GUISADA E CENORIA	FROITA
5-9 FEBREIRO	M	CALDO VEXETAL	TORTILLA DE PATACA E CABACIÑA	FROITA
4-8 MARZO	X	CREMA DE VERDURAS	ESPIRALES CON SETAS E VERDURAS	FROITA
	V	ENSALADA DE LEGUMES	SALTEADO DE QUINOA CON BRÓCOLI E VERDURAS	MOUSSE DE LIMÓN/FROITA

SEMANAS		PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA
15-19 XANEIRO	L	ENSALADA ANDAINA	TALLARINS CON OVO E VERDURAS	IOGUR/FROITA
	M	FABADA VEXETAL	RISOTO DE SETAS/COGUMELOS CON VERDURAS	FROITA
12-16 FEBREIRO	M	TOSTAS DE TOMATE, AGUACATE E AOVE/HUMUS	POTAXE DE GARAVANZOS CON ESPINACAS	FROITA
11-15 MARZO	X	SOPA DE VERDURA CON CUSCUS	TORTILLA CAMPERA CON ENSALADA	FROITA
	V	VERDURA Á GALEGA	LASAÑA VEXETAL	FROITA

SEMANAS		PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA
22-26 XANEIRO	L	ENSALADA DE TEMPADA	FALAFEL CON ARROZ TRES DELICIAS	IOGUR/FROITA
	M	CROQUETAS VEXETAIS	VERDURA E PATACA Á GALEGA CON OVO COCIDO	FROITA
19-23 FEBREIRO	M	CREMA DE VERDURAS	PIZZA VEXETAL	FROITA
18-22 MARZO	X	SOPA DE ESTRELIÑAS	HAMBURGUESA DE LEGUMES CON PATACA E VERDURA	FROITA
	V	LENTELLAS VEXETAIS	TALLARÍNS CON PESTO DE ESPÁRRAGO E PIÑÓNS	FROITA

SEMANAS		PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA
29-2 FEBREIRO	L	ENSALADA DE TEMPADA CON FROITOS SECOS	MACARRÓNS CON OVO E VERDURAS	IOGUR/FROITA
	M	CREMA DE VERDURAS	ALBÓNDIGAS DE BEREXENA CON ARROZ E TOMATE NATURAL	FROITA
26-1 MARZO	M	SOPA DE ESTRELIÑAS E VERDURA	REVOLTO CON PATACA FRITIDA E ENSALADA	FROITA
2-5 ABRIL	X	POTAXE DE GARAVANZOS	TEMPURA DE VERDURAS CON ARROZ INTEGRAL	FROITA
	V	TOSTAS CON GUACAMOLE /HUMUS	GUISO DE LENTELLAS/FABAS CON VERDURAS	FROITA

OUTROS MENÚS

	SOBREMESA		
ADSTRINXENTE	ADAPTADO SOBRE O MENÚ DIARIO		
DÍA DE FESTA ENTROIDO	ENSALADA DE TEMPADA	ESPAGUETIS DE CABACIÑA CON PESTO VERMELLO	FLAN/FROITA