



luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
1	1 Refogado de verduras Arroz con pavo Froita de tempada	2 Sopa cuscus con cenoria Salmón con patacas e verduras Iogur	3 Crema de cabaciña Polo ao forno con patacas e tomate Froita de tempada	4 Caldo de verduras Paxariñas con abadexo Iogur
7	8 Lentellas vexetais Tortilla de patacas Froita de tempada	9 Empanada de carne Pescada á romana con patacas e xudías Iogur	10 Crema de espincas Muslo de polo con pisto e arroz Froita de tempada	11 Sopa de estrelas con cabaciña Pescada á galega Iogur
14	15 Menestra tricolor Xamón braseado con arroz Froita de tempada	16 Potaxe de garavanzos Pescada á romana con patacas e brócoli Iogur	17 Sopa de choiva Polo con patacas e tomate Froita de tempada	18 Crema de coliflor e cenoria Pasta con peixe Iogur
21	22 Crema de cabaciña e maza Arroz con polo e verduras Froita de tempada	23 Xudías salteadas con xamón Pescada en salsa con cachelos Iogur	24 Crema de cenoria Tenreira con patacas Froita de tempada	25 Fabas vexetais Pasta con bacallau Iogur
28	29 Crema de xudías e cenorias Albóndegas de carne con arroz Froita de tempada	30 Chícharos con ovo Fideuá con rape Iogur	31 Sopa de letras Xamonciños de polo con patacas e xudías Froita de tempada	



luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
	1 Puré de polo, cenoria, chícharos, cabaciña, tomate, cebola, arroz e aceite de oliva Puré de froita	2 Puré de pescada con lentellas, cabaciña, cabaza, tomate, cebola, pataca e aceite de oliva Iogur	3 Puré de tenreira con xudía, cabaza, cenoria, alloporro, arroz e aceite de oliva Puré de froita	4 Puré de pescada con cabaza, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva Iogur
7 Puré de tenreira con cenorias, xudías, patacas e aceite de oliva Iogur	8 Puré de pavo con cabaciña, cabaza, xudías, arroz e aceite de oliva Puré de froita	9 Puré de bacallau con lentella, cabaciña, cenoria, cebola, pataca e aceite de oliva Iogur	10 Puré de polo con xudías, alloporro, tomate, pataca e aceite de oliva Puré de froita	11 Puré de pescada con xudías, cenorias, cebola, patacas e aceite de oliva Iogur
14 Puré de pavo con cabaciña, cenoria, cabaza, patacas e aceite de oliva Iogur	15 Puré de polo con chícharos, cenorias, alloporro, arroz e aceite de oliva Puré de froita	16 Puré de bacallau con xudías, patacas, cabaza e aceite de oliva Iogur	17 Puré de tenreira con xudías, cabaciña, cabaza, pataca e aceite de oliva Puré de froita	18 Puré de pescada con cabaza, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva Iogur
21 Puré de tenreira con xudías, cenorias, chícharos, patacas e aceite de oliva Iogur	22 Puré de pavo con chícharos, cenoria, cabaciña, pataca e aceite de oliva Puré de froita	23 Puré de pescada, cabaciña, cabaza, alloporro, arroz e aceite de oliva Iogur	24 Puré de polo con cabaza, cabaciña, cenorias, alloporro, pataca e aceite de oliva Puré de froita	25 Puré de pescada con xudías, alloporro, pataca e aceite de oliva Iogur
28 Puré de tenreira con cenorias, xudías, pataca e aceite de oliva Iogur	29 Puré de pavo con cabaza, cenoria, patacas e aceite de oliva Puré de froita	30 Puré de bacallau con cabaciña, tomate, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva Iogur	31 Puré de polo con xudías, patacas, cabaza e aceite de oliva Puré de froita	





luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
	1 Puré de polo, cenoria, chícharos, cabaciña, tomate, cebola, arroz e aceite de oliva Puré de froita	2 Puré de pescada con lentellas, cabaciña, cabaza, tomate, cebola, pataca e aceite de oliva Iogur de soia	3 Puré de tenreira con xudía, cabaza, cenoria, alloporro, arroz e aceite de oliva Puré de froita	4 Puré de pescada con cabaza, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva Iogur de soia
7 Puré de tenreira con cenorias, xudías, patacas e aceite de oliva Iogur de soia	8 Puré de pavo con cabaciña, cabaza, xudías, arroz e aceite de oliva Puré de froita	9 Puré de bacallau con lentella, cabaciña, cenoria, cebola, pataca e aceite de oliva Iogur de soia	10 Puré de polo con xudías, alloporro, tomate, pataca e aceite de oliva Puré de froita	11 Puré de pescada con xudías, cenorias, cebola, patacas e aceite de oliva Iogur de soia
14 Puré de pavo con cabaciña, cenoria, cabaza, patacas e aceite de oliva Iogur de soia	15 Puré de polo con chícharos, cenorias, alloporro, arroz e aceite de oliva Puré de froita	16 Puré de bacallau con xudías, patacas, cabaza e aceite de oliva Iogur de soia	17 Puré de tenreira con xudías, cabaciña, cabaza, pataca e aceite de oliva Puré de froita	18 Puré de pescada con cabaza, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva Iogur de soia
21 Puré de tenreira con xudías, cenorias, chícharos, patacas e aceite de oliva Iogur de soia	22 Puré de pavo con chícharos, cenoria, cabaciña, pataca e aceite de oliva Puré de froita	23 Puré de pescada, cabaciña, cabaza, alloporro, arroz e aceite de oliva Iogur de soia	24 Puré de polo con cabaza, cabaciña, cenorias, alloporro, pataca e aceite de oliva Puré de froita	25 Puré de pescada con xudías, alloporro, pataca e aceite de oliva Iogur de soia
28 Puré de tenreira con cenorias, xudías, pataca e aceite de oliva Iogur de soia	29 Puré de pavo con cabaza, cenoria, patacas e aceite de oliva Puré de froita	30 Puré de bacallau con cabaciña, tomate, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva Iogur de soia	31 Puré de polo con xudías, patacas, cabaza e aceite de oliva Puré de froita	



Maná



luns / lunes	martes	mércores / miércoles	xoves / jueves	venres / viernes
<p>1</p> <p>Puré de polo, cabaciña, cenoria, tomate, cebola, arroz e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>2</p> <p>Puré de polo con cabaciña, cabaza, tomate, cebola, pataca e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>3</p> <p>Puré de tenreira con xudía, cabaza, cenoria, alloporro, arroz e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>4</p> <p>Puré de pavo con cabaza, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>5</p> <p>Puré de polo, cabaciña, cenoria, tomate, cebola, arroz e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>
<p>6</p> <p>Puré de tenreira con cenorias, xudías, patacas e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>7</p> <p>Puré de pavo con cabaciña, cabaza, xudías, arroz e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>8</p> <p>Puré de tenreira con cabaciña, cenoria, cebola, pataca e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>9</p> <p>Puré de polo con xudías, alloporro, tomate, pataca e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>10</p> <p>Puré de polo con xudías, cenorias, cebola, patacas e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>
<p>11</p> <p>Puré de pavo con cabaciña, cenoria, cabaza, patacas e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>12</p> <p>Puré de polo con cenorias, alloporro, arroz e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>13</p> <p>Puré de polo con xudías, patacas, cabaza e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>14</p> <p>Puré de tenreira con xudías, cabaciña, cabaza, pataca e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>15</p> <p>Puré de pavo con cabaza, alloporro, pataca e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>
<p>16</p> <p>Puré de polo con xudías, cenorias, patacas e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>17</p> <p>Puré de pavo con cabaza, cebola, cabaciña, pataca e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>18</p> <p>Puré de tenreira, cabaciña, cabaza, alloporro, arroz e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>19</p> <p>Puré de polo con cabaza, cabaciña, cenorias, alloporro, pataca e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>20</p> <p>Puré de pavo con xudías, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>
<p>21</p> <p>Puré de tenreira con cenorias, xudías, pataca e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>22</p> <p>Puré de polo con cabaza, cenoria, patacas e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>23</p> <p>Puré de polo con cabaciña, tomate, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>24</p> <p>Puré de polo con xudías, patacas, cabaza e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>25</p> <p>Puré de tenreira con xudías, cabaza, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>
<p>26</p> <p>Puré de polo con xudías, cenorias, patacas e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>27</p> <p>Puré de tenreira con cenorias, xudías, pataca e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>28</p> <p>Puré de polo con cabaciña, tomate, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>29</p> <p>Puré de polo con xudías, patacas, cabaza e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>30</p> <p>Puré de pavo con cabaza, cenoria, patacas e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>
<p>31</p> <p>Puré de tenreira con cenorias, xudías, pataca e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>32</p> <p>Puré de polo con cabaza, cenoria, patacas e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>33</p> <p>Puré de polo con cabaciña, tomate, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>34</p> <p>Puré de polo con xudías, patacas, cabaza e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>	<p>35</p> <p>Puré de tenreira con xudías, cabaza, cenoria, alloporro, pataca e aceite de oliva</p> <p>Puré de froita</p>

