

| LUNS | MARTES | MÉRCORES | XOVES | VENRES |
|---|---|---|---|---|
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| - Ensalada mixta. - Espaguetes con atún. - Froita. | - Guisantes con xamón. - Pescada á galega con cachelos. - Iogur. | - Crema de cenoria. - Hamburguesa con ensalada mixta. - Froita. | - Minestra de verduras. - Guiso de arroz con luras e mexillóns. - Froita. | - Ensalada mixta con olivas, espárragos, cenoria, ovo e millo. - Pizza de xamón e queixo. - Froita. |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| - Ensalada de tomate, sardinillas e cebola. - Costela ao forno. - Froita | - Fabada. - Salmón con arroz. - Froita. | - Lentellas. - Tortilla de patacas con ensalada de leituga, tomate e cebola. - Natillas. | FESTIVO | - Ensalada de leituga, tomate, cebola e sardinillas. - Guiso de tenreira con patacas cocidas. - Froita. |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| - Ensalada de leituga, tomate e cebola. - Zorza con cachelos. - Froita | - Caldo. - Paella. - Froita. | - Sopa. - Peituga de polo con gambas, champiñóns e guisantes. - Iogur. | - Brócoli con ovo. - Filetes de pescada con cachelos. - Froita. | - Minestra de verduras. - Richada con pementos. - Froita. |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| - Crema de cenoria. - Hamburguesa de tenreira con lazos de pasta. - Froita. | - Xudías con chourizo. - Filetes de bacallau con arroz. - Iogur. | - Potaxe de garavanzos. - Polo o forno con pementos vermellos. - Froita. | - Guisantes con xamón. - Lasaña de atún. - Froita. | - Ensalada de tomate, sardinillas e cebola. - Guiso de tenreira con patacas. - Froita. |
| 30 | 31 | NOTA: | | |
| - Empanada de carne. - Macarróns á boloñesa. - Froita. | - Brócoli con ovo. - Filetes de salmón ao forno con ensalada mixta, - Froita. | - Consumirase pan integral unha vez por semana. - Teranse en conta todas as alerxias e intolerancias alimentarias. | | |