



OUTUBRO 2025



Semana 1	LUNS 29/09/2025	MARTES 30/09/2025	MÉRCORES 01/10/2025	XOVES 02/10/2025	VENRES 03/10/2025
			ENSALADILLA LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS PATACAS ESTUFADAS FROITA	FABAS VEXETAIS FIDEUA DE PEIXE FROITA	ENSALADA TROPICAL TENREIRA GOVERNADA CON ARROZ IOGUR SEN LACTOSA
Semana 2	06/10/2025	07/10/2025	08/10/2025	09/10/2025	10/10/2025
	XUDIAS CON OVO RELADO	LENTELLAS A CASEIRA	SOPA DE VERDURAS	CREMA VEXETAL	CODIÑOS CON TOMATE
	GUIZO DE PORCO CON PATACAS	FILETE DE PESCADA A ROMANA ENSALADA DE LEITUGA E MILLO	TORTILLA DE PATACA TOMATE NATURAL	POLO ASADO ARROZ BRANCO	GARAVANZOS CON BACALLAO FROITA
Semana 3	13/10/2025	14/10/2025	15/10/2025	16/10/2025	17/10/2025
	CREMA DE CABACIÑA	ENSALADA COMPLETA	FABAS VEXETAIS	SOPA DO DIA	CREMA CAMPEIRA
	BOLOÑESA VEXETAL	POLO GUISADO CON PATACAS	PESCADA A GALEGA	XAMON ASADO	XURELO O FORNO
Semana 4	20/10/2025	21/10/2025	22/10/2025	23/10/2025	24/10/2025
	MACARRONS SALTEADOS	IOGUR SEN LACTOSA	BROCOLI CON CENORIA	ARROZ CON VERDURAS	LEITUGA E TOMATE
	FROITA		FROITA	IOGUR SEN LACTOSA	FROITA
Semana 5	27/10/2025	28/10/2025	29/10/2025	30/10/2025	31/10/2025
	CALDO GALEGO	GARAVANZOS CON ESPINACAS	CREMA DE CENORIA	CODIÑOS CON ALLO E PEREXIL	LENTELLAS A CASEIRA
	PESCADA A MARIÑEIRA	CALDERETA DE TENREIRA	POLO ASADO	XARDA O FORNO	TORTILLA DE CABACIÑA
Semana 6	ARROZ BRANCO	FIDEOS	PATACA ASADA	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E OLIVAS	TOMATE NATURAL
	IOGUR SEN LACTOSA	FROITA	FROITA	IOGUR SEN LACTOSA	FROITA
Semana 7	03/11/2025	04/11/2025	05/11/2025	06/11/2025	07/11/2025
	CREMA DE CENORIA E BROCOLI	ARROZ A MILANESA	FABAS VEXETAIS	CREMA DE CABAZA	NON LECTIVO
	PUCHERO DE PAVO CON PATACAS	PESCADA EN SALSA VERDE	LOMBO NATURAL ADUBADO EN SALSA	PEITUGA DE POLO ENFARIÑADA	
Semana 8	10/11/2025	11/11/2025	12/11/2025	13/11/2025	14/11/2025
	CHÍCHAROS CON CENORIAS	LEITUGA E TOMATE	PATACA ASADA		
	IOGUR SEN LACTOSA	FROITA	FROITA	BISCOITO	