



SEN FROITOS SECOS

NOVEMBRO 2025



Semana 1

LUNS

03/11/2025

NON LECTIVO

MARTES

04/11/2025

SOPA DE FIDEOS

TORTILLA DE PATACA

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

MÉRCORES

05/11/2025

CREMA CAMPEIRA

LOMBO ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS

ARROZ BRANCO

FROITA

XOVES

06/11/2025

GARAVANZOS CON ESPINACAS

XURELO O FORNO

LEITUGA E TOMATE

IOGUR

VENRES

07/11/2025

ENSALADA COMPLETA

POLO O ALLO

PATACAS GUIADAS

FROITA

Semana 2

10/11/2025

CREMA DE CABACIÑA

CALDERETA DE TENREIRA

MACARRONS SALTEADOS

IOGUR

11/11/2025

CALDO GALEGO

POLO GUIADO CON PATACAS

FROITA

12/11/2025

SOPA DE ESTRELIÑAS

FILETE DE PESCADA A ROMANA

LEITUGA E TOMATE

IOGUR

13/11/2025

MINESTRA SALTEADA

ALBÓNDEGAS CON SALSA DE TOMATE

ARROZ BRANCO

FROITA

14/11/2025

LENTELLAS CON CABAZA

XARDA EN SALSA DE LIMON

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E MILLO

FROITA

Semana 3

17/11/2025

ENSALADA TROPICAL

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

FROITA

18/11/2025

ESPIRAIS A NAPOLITANA CON CHAMPIÑONS

PESCADA O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS

IOGUR

19/11/2025

GARAVANZOS ESTUFADOS

TORTILLA DE CABACIÑA

TOMATE NATURAL

FROITA

20/11/2025

SOPA DE VERDURAS CON ESTRELIÑAS

POLO STROGONOFF

ARROZ BRANCO

FROITA

21/11/2025

CREMA DE CABACIÑA E CENORIA

ATUN GUIADO CON FIDEOS

IOGUR

Semana 4

24/11/2025

LENTELLAS A CASEIRA CON CHOURIZO

XURELO A GALEGA

PATACAS O VAPOR

FROITA

25/11/2025

CREMA DE CABAZA

POLO O CHILINDRON

ARROZ BRANCO

FROITA

26/11/2025

SOPA DE PIÑONS

LOMBO NATURAL ADUBADO

XARDIÑEIRA

IOGUR

27/11/2025

FABAS ESTUFADAS

FIDEUA DE PEIXE

FROITA

28/11/2025

XUDIAS CON ALLADA

MILANESA

ARROZ BRANCO

IOGUR

