

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
06  Semana Santa	07 Fideos salteados (1, 3, 10 e 12) Falafel de garavanzos con pementos Ensalada de leituga, tomate e cebola (14) logur de soia (10) e pan integral de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)	08 Brécol salteado Albóndegas de lentellas caseiras (1) Puré de cenoria Froita fresca de tempada e pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)	09 Crema de porro e cabaza Tortilla con fariña de garavanzos de pataca (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 13) Ensalada de leituga, cenoria e millo (14) Froita fresca de tempada e pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)	10 Salteado campestre Fabas con verduras Patacas asadas Froita fresca de tempada e pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)
13 Brócoli a caseira Croquetas veganas caseiras (1, 10 e 12) Ensalada de leituga, tomate e cenoria (14) Froita fresca de tempada e pan integral de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)	14 Macarrons integrais salteados con champiñons (1, 3, 10 y 12) Boloñesa vexetal de soia (1, 7, 9 e 10) Ensalada de leituga, tomate, espárragos e aceitunas (11 e 14) logur de soia (10) e pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)	15 Lentellas con verduras (1) Falafel de garavanzos con pementos Patacas asadas Froita fresca de tempada e pan integral de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)	16 Paella de verduriñas Hamburguesa caseira de soia e cenoria (1, 7, 9 e 10) Ensalada de tomate, cenoria e millo (14) Froita fresca de tempada e pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)	17 Crema de cabaza, cabaciña e cenoria Xudías verdes con patacas cocidas - Froita fresca de tempada e pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)
20 Arroz integral con verduras Empanada de verduras e champiñons (1, 2, 3, 4, 5, 6, 10 e 12) Ensalada de leituga, tomate, aceitunas e millo (11 y 14) Froita fresca de tempada e pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)	21 Guiso de garavanzos, espinacas e patacas Tortilla con fariña de garavanzos de pataca (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 13) Ensalada de leituga e cebola (14) Froita fresca de tempada e pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)	22 JORNADAS HOLLYWOOD 	23 Crema de calabaciña Albóndegas de lentellas caseiras (1) Patacas e menestra (xardiñeira) Froita fresca de tempada e pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)	24 Pasta con salsa de cebola (1, 3, 10 e 12) Falafel de garavanzos con pementos Ensalada de leituga, millo e aceitunas (11 e 14) Froita fresca de tempada e pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)
27 Sopa caseira de verduras Tortilla con fariña de garavanzos de pataca e cabaciña (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 13) Ensalada de tomate, cenoria e millo (14) Froita fresca de tempada e pan integral de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)	28 Ensalada de fabas (14) Albóndegas de lentellas caseiras (1) Patacas asadas Froita fresca de tempada e pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)	29 Espaguetes integrais salteados (1, 3, 10 e 12) Hamburguesa caseira de soia e cenoria (1, 7, 9 e 10) Ensalada de leituga, cenoria e millo (14) Froita fresca de tempada e pan integral de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)	30 Crema de cabaza Falafel de garavanzos con pementos Ensalada de tomate, cebola e espárragos (14) Froita fresca de tempada e pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)	01
04 1 GLUTEN 2 LECHE 3 HUEVO 4 PESCADO 5 MOLUSCOS 6 CRUSTACEOS 7 FRUTOS CASCARA	05 8 CACAHUETE 9 SESAMO 10 SOJA 11 ALTRAMUCES 12 MOSTAZA 13 APIO 14 OXIDO DE AZUFRE/SULFITOS	06 Froita fresca de tempada (primaveira): maza, plátano/banana, pera, melón e sandía. <i>A froita servida podrá variar en función da dispoñibilidade, garantizando en todo caso que se trata de froita fresca de tempada.</i>	07	08 Marien Rodiño Fariña Técnico Superior en Dietética y Nutrición DNI 35472376 M 