

NOVEMBRO

MARISTAS  
DIETAARUME  
COCINAMOS PARA TI

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES 02/11/2017	VENRES 03/11/2017
			MACARRÓNS SALTEADOS  COSTELA Á PRANCHA  ENSALADA FROITA DE TEMPADA	CREMA DE VERDURAS  PESCADA Á PRANCHA  PATACAS COCIDAS FROITA DE TEMPADA
LUNS 06/11/2017	MARTES 07/11/2017	MÉRCORES 08/11/2017	XOVES 09/11/2017	VENRES 10/11/2017
CREMA BRÓCOLI  TENREIRA ASADA  PASTA REFOGADA  IOGUR	SOPA DE ESTRELAS  TORTILLA FRANCESA  ENSALADA COMPLETA  FROITA DE TEMPADA	CALDO GALEGO  PEIXE Á PRANCHA  ARROZ  IOGUR	CREMA DE CENORIA  PEITUGA DE PAVO Á PRANCHA  PURÉ  FROITA DE TEMPADA	SPAGUETTIS SALTEADOS  ATÚN Á PRANCHA  ENSALADA  FROITA DE TEMPADA
LUNS 13/11/2017	MARTES 14/11/2017	MÉRCORES 15/11/2017	XOVES 16/11/2017	VENRES 17/11/2017
SOPA DE ARROZ  PEITUGA DE PAVO Á PRANCHA  PURÉ DE CENORIA  IOGUR	SOPA DE AVE  RAPANTE Á PRANCHA  XUDÍAS REFOGADAS  FROITA DE TEMPADA  <small>día mundial de la diabetes</small>	REVOLTO DE GRELOS  FILETE DE TENREIRA Á PRANCHA  ARROZ  FROITA DE TEMPADA	TALLARINS SALTEADOS  BACALLAO COCIDO  PATACA COCIDA  IOGUR	CREMA DE CENORIA  POLO Ó FORNO  ENSALADA  FROITA DE TEMPADA
LUNS 20/11/2017	MARTES 21/11/2017	MÉRCORES 22/11/2017	XOVES 23/11/2017	VENRES 24/11/2017
SOPA VEXETAL  PEITUGA DE POLO Á PRANCHA  ARROZ  NATILLAS	CREMA DE VERDURAS  PALOMETA Á PRANCHA  TOMATE Ó GRILL  FROITA DE TEMPADA	MINESTRA REFOGADA  FILETE DE TENREIRA Á PRANCHA  MACARRÓNS SALTEADOS  FROITA DE TEMPADA	CONSOMÉ  PEIXE ESPADA Á PRANCHA  ENSALADA  IOGUR	ESPINACAS Á CREMA  CARNE ASADA  PATACA  FROITA DE TEMPADA
LUNS 27/11/2017	MARTES 28/11/2017	MÉRCORES 29/11/2017	XOVES 30/11/2017	VENRES
LENTELLAS VEXETAIS  PESCADA Á PRANCHA  PATACAS Ó VAPOR  IOGUR	SOPA DE VERDURAS  PEITUGA DE POLO Á PRANCHA  ARROZ  FROITA DE TEMPADA	CREMA DE PORROS  TORTILLA Á FRANCESA  ENSALADA MIXTA  IOGUR	CALDO VERDE  ABADEXO Ó VAPOR  PATACA COCIDA  FROITA DE TEMPADA	