

BASAL

DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
4	Crema de cabaciña 14	Polo guisado c/ ourego e pataca	Froita
5	Xudías c/ allada	Fabas estufadas vexetais	Froita
6	Arroz c/ chícharos	Albóndegas á xardineira c/ ensalada primavera 6	Froita & Pan integral 1
7	Lentellas guisadas 1-14	Tortilla de pataca c/ ensalada de tomate 3	logur 7
8	Pasta integral c/ tomate 1-3-6-10	Salmón ao forno c/ leituga 4	Froita & Pan integral 1
11	Fideo c/ tomate 1-3-6-10	Bacallau guisado c/ brócoli e ovo 3-4	Froita
12	Arroz integral ao allo	Caldereta de porco c/ ensalada completa	logur 7 & Pan integral 1
13	Caldo de verduras c/ fabas	Pescada á romana c/ ensalada de leituga e cenoria 1-3-4	Froita
14	Ensalada tropical	Potaxe de garavanzos c/ espinacas, soia e pataca 6	Froita
15	Crema campeira 14	Guiso de pavo á rioxana 14	Froita & Pan integral 1
18	Espiral tricolor salteada c/ tomate 1-3-6-10	Pescada á galega con xudías 4	logur 7 & Pan integral 1
19	Fabas estufadas	Tortilla de cabaciña c/ ensalada de tomate 3	Froita
20	Arroz integral c/ verduras	Lombo asado c/ ensalada de leituga, millo, cenoria e garavanzo	Froita
21	Sopa de verduras 1-3-6-10	Guiso de rape e mexillón 4-12-2	Froita & Pan integral 1
22	Crema de cabaza 14	Xamonciños de polo ao forno c/ ensalada de millo e leituga	Froita
25	Lentellas guisadas 1	Bacallau ao forno c/ panaché de verduras 4	Froita
26	Crema de verduras 14	Tortilla de pataca c/ ensalada de millo, olivas e leituga 3	logur 7 & Pan integral 1
27	Codiños integrais ao chilindrón c/ polo 1-3-6-10	Potaxe de fabas c/ grelos	Froita
28	Arroz milanesa 6	Pescada á portuguesa c/ ensalada 4	Froita
29	Ensalada primavera	Peituga de polo empanada c/ pataca asada 1-3-6-7-9-10	Froita & Pan integral 1

Rosalía pequiña sería hoxe, como daquela, unha nena guerreira, gustaríalle o rock tocado con gaita e vestiría de punki. Porque as mulleres e as nenas de agora somos coma ela: (...) da tribo daquelas que non só cantas ás pombas e ás flores». Limiar de «Rosalía pequiña» Begoña Caamaño (1964-2014) . Día das Letras Galegas 2026



IMPORTANTE: Presencia/ ausencia de alérxenos nos pratos pode variar debido a cambios na receita provisional (cociña central) e/ou a alteracións nos produtos e provedores habituais. Para máis seguridade, consulten a rastrexabilidade do menú entregado cada día.

LENDAS: 1-glute; 2-crustaceo; 3-ovo; 4-peixe; 5-cacahuete; 6-soia; 7-lácteo; 8-foitos secos; 9-apio; 10-mostaza; 11-gran de sésamo; 12-molusco; 13-altramuces; 14-sulfitos