

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
06	07	08	09	10
 Semana Santa	Macarrons con salsa de tomate (1, 3, 10 e 12)  Boloñesa de carne  Ensalada de leituga, pemento, cenoria, millo e aceitunas (11 e 14)  Pan sen glute  logur natural (2)	Crema de cenoria  Tortilla de pataca (3)  Ensalada de tomate e cebola (14)  Pan sen glute  Froita de tempada	Arroz integral con verduras  Polo ao forno con tomate e cebola  Ensalada de leituga, tomate e millo (14)  Pan sen glute  Froita de tempada	Brócoli salteado  Xarda ao forno (4, 5 e 6)  Pataca panadeira ao forno  Pan sen glute  Froita de tempada
13	14	15	16	17
Pasta integral con champiñons (1, 3, 10 e 12)  Peituga de polo a prancha  Tomate asado  Pan sen glute  logur natural (2)	Crema de cabaciña  Filete de pescada a romana (1, 3, 4, 5, 6, 10 e 12)  Ensalada de leituga, tomate e cebola (14)  Pan sen glute  Froita de tempada	Tosta sen lactosa de cabaciña, tomate e pementos (10 e 11)  Fabas brancas con verduras  Pan sen glute  Froita de tempada	Crema de chícharos  Ovos cocidos (3)  Xudías verdes con patacas cocidas  Pan sen glute  Froita de tempada	Arroz pilaff  Xamón asado (14)  Ensalada de leituga, pemento, millo, cenoria e aceitunas (11 e 14)  Pan sen glute  Froita de tempada
20	21	22	23	24
Crema de cabaza  Albóndegas con tomate (1, 2, 10, 12 e 14)  Puré de pataca  Pan sen glute  Froita de tempada	Lentellas estufadas (1)  Tortilla de pataca e cabaciña (3)  Ensalada de tomate e cebola (14)  Pan sen glute  Froita de tempada	Coliflor a galega  Bacallau ao forno (4, 5 e 6)  Patacas asadas  Pan sen glute  Froita de tempada	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>XORNADAS HOLLYWOOD</b> </div> 	Macarrons salteados (1, 3, 10 e 12)  Taquiños de pavo salteados con brócoli  Ensalada de leituga, pementos, millo, cenoria, e aceitunas (11 e 14)  Pan sen glute  Froita fresca
27	28	29	30	
Arroz ao forno  Polo asado  Ensalada de leituga, millo e tomate (14)  Pan sen glute  Froita de tempada	Garavanzos salteados con cebola e cenoria  Empanada sen glute de xamón e queixo  Ensalada de leituga, cenoria e millo (14)  Pan sen glute  Froita de tempada	Crema de cenoria  Xuret ao forno (4, 5 e 6)  Ensalada de tomate, aceitunas e millo (11 e 14)  Pan sen glute  logur natural (2)	Sopa de ave con fideos integrais (1, 3, 10 e 12)  Revolto de champiñons (3)  Patacas gratinadas (2 e 3)  Pan sen glute  Froita de tempada	
1 GLUTEN 2 LECHE 3 HUEVO 4 PESCADO 5 MOLUSCOS 6 CRUSTACEOS 7 FRUTOS CASCARA	8 CACAHUETE 9 SESAMO 10 SOJA 11 ALTRAMUCES 12 MOSTAZA 13 APIO 14 OXIDO DE AZUFRE/SULFITOS	<div style="border: 1px solid gray; padding: 10px;">                     Froita fresca de tempada (primaveira):                      mazá, plátano/banana, pera, melón e sandía.   <i>A froita servida poderá variar en función da dispoñibilidade, garantindo en todo caso que se trata de froita fresca e de tempada.</i> </div>		 Marien Rodriño Fariña Técnico Superior en Dietética y Nutrición DNI 35472376 M

*Marien Rodriño Fariña*

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
06	07	08	09	10
 Semana Santa	Macarrons sen glute con salsa de tomate (10 e 11)  Boloñesa de garavanzos Ensalada de leituga, pemento, cenoria, millo e aceitunas (11 e 14)  Pan sen glute logur natural (2)	Crema de cenoria  Tortilla de pataca (3)  Ensalada de tomate e cebola (14)  Pan sen glute Froita de tempada	Arroz integral con verduras  Polo ao forno con tomate e cebola  Ensalada de leituga, tomate e millo (14)  Pan sen glute Froita de tempada	Brócoli salteado  Xarda ao forno (4, 5 e 6)  Pataca panadeira ao forno  Pan sen glute Froita de tempada
13	14	15	16	17
Pasta sen glute con champiñons (10 e 11)  Peituga de polo a prancha  Tomate asado  Pan sen glute logur natural (2)	Crema de cabaciña  Filete de merluza rebozada sen glute (4, 5, e 6)  Ensalada de leituga, tomate e cebola (14)  Pan sen glute Froita de tempada	Tosta sen glute de cabaciña, tomate e pementos  Fabas brancas con verduras  Pan sen glute Froita de tempada	Crema de chícharos  Ovos cocidos (3)  Xudías verdes con patacas cocidas  Pan sen glute Froita de tempada	Arroz pilaff  Xamón asado (14)  Ensalada de leituga, pemento, millo, cenoria e aceitunas (11 e 14)  Pan sen glute Froita de tempada
20	21	22	23	24
Crema de cabaza  Albóndegas sen glute con tomate (2, 10, 12 e 14)  Puré de pataca  Pan sen glute Froita de tempada	Fabas estofadas  Tortilla de pataca e cabaciña (3)  Ensalada de tomate e cebola (14)  Pan sen glute Froita de tempada	Coliflor a galega  Bacallau ao forno (4, 5 e 6)  Patacas asadas  Pan sen glute Froita de tempada	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>XORNADAS HOLLYWOOD</b> </div> 	Macarrons sen glute saltados (10 e 11)  Taquiños de pavo salteados con brócoli  Ensalada de leituga, pementos, millo, cenoria e aceitunas (11 e 14)  Pan sen glute Froita fresca
27	28	29	30	
Arroz ao forno  Polo asado  Ensalada de leituga, millo e tomate (14)  Pan sen glute Froita de tempada	Garavanzos salteados con cebola e cenoria  Empanada sen glute de xamón e queixo  Ensalada de leituga, cenoria e millo (14)  Pan sen glute Froita de tempada	Crema de cenoria  Xuret ao forno (4, 5 e 6)  Ensalada de tomate, aceitunas e millo (11 e 14)  Pan sen glute logur natural (2)	Sopa de ave con fideos sen glute  Revolto de champiñons (3)  Patacas gratinadas (2 e 3)  Pan sen glute Froita de tempada	

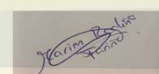
- 1 GLUTEN
- 2 LECHE
- 3 HUEVO
- 4 PESCADO
- 5 MOLUSCOS
- 6 CRUSTACEOS
- 7 FRUTOS CASCARA

- 8 CACAHUETE
- 9 SESAMO
- 10 SOJA
- 11 ALTRAMUCES
- 12 MOSTAZA
- 13 APIO
- 14 OXIDO DE AZUFRE/SULFITOS

Froita fresca de tempada (primaveira):  
mazá, plátano/banana, pera, melón e sandía.

*A froita servida poderá variar en función da dispoñibilidade, garantindo en todo caso que se trata de froita fresca e de tempada.*

Marién Rodriño Fariña  
Técnico Superior en Dietética y Nutrición  
DNI 35472376 M



LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
06	07	08	09	10
 Semana Santa	Macarrons con salsa de tomate (1, 3, 10 e 12)  Boloñesa vexetal de soia (1, 7, 9 e 10) Ensalada de leituga, pemento, cenoria, millo e aceitunas (11 e 14)  Pan sen glute logur natural sen lactosa	Crema de cenoria  Tortilla de pataca (3)  Ensalada de tomate e cebola (14)  Pan sen glute Froita de tempada	Arroz integral con verduras  Polo ao forno con tomate e cebola  Ensalada de leituga, tomate e millo (14)  Pan sen glute Froita de tempada	Brócoli salteado  Xarda ao forno (4, 5 e 6)  Pataca panadeira ao forno  Pan sen glute Froita de tempada
13	14	15	16	17
Pasta integral con champiñons (1, 3, 10 e 12)  Peituga de polo a prancha  Tomate asado  Pan sen glute logur natural sen lactosa	Crema de cabaciña  Filete de pescada a romana (1, 3, 4, 5, 6, 10 e 12)  Ensalada de leituga, tomate e cebola (14)  Pan sen glute Froita de tempada	Tosta sen lactosa de cabaciña, tomate e pementos (10 e 11)  Fabas brancas con verduras  Pan sen glute Froita de tempada	Crema de chícharos  Ovos cocidos (3)  Xudías verdes con patacas cocidas  Pan sen glute Froita de tempada	Arroz pilaff  Xamón asado (14)  Ensalada de leituga, pemento, millo, cenoria e aceitunas (11 e 14)  Pan sen glute Froita de tempada
20	21	22	23	24
Crema de cabaza  Albóndegas sen lactosa con tomate (1, 10, 12 e 14)  Puré de pataca sen lactosa  Pan sen glute Froita de tempada	Lentellas estufadas (1)  Tortilla de pataca e cabaciña (3)  Ensalada de tomate e cebola (14)  Pan sen glute Froita de tempada	Coliflor a galega  Bacallau ao forno (4, 5 e 6)  Patacas asadas  Pan sen glute Froita de tempada	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>XORNADAS HOLLYWOOD</b> </div> 	Macarrons salteados (1, 3, 10 e 12)  Taquiños de pavo salteados con brócoli  Ensalada de leituga, pementos, millo, cenoria, e aceitunas (11 e 14)  Pan sen glute Froita fresca
27	28	29	30	
Arroz ao forno  Polo asado  Ensalada de leituga, millo e tomate (14)  Pan sen glute Froita de tempada	Garavanzos salteados con cebola e cenoria  Empanada de xamón e queixo sen lactosa  Ensalada de leituga, cenoria e millo (14)  Pan sen glute Froita de tempada	Crema de cenoria  Xuret ao forno (4, 5 e 6)  Ensalada de tomate, aceitunas e millo (11 e 14)  Pan sen glute logur natural sen lactosa	Sopa de ave con fideos integrais (1, 3, 10 e 12)  Revolto de champiñons (3)  Patacas asadas  Pan sen glute Froita de tempada	

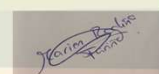
- 1 GLUTEN
- 2 LECHE
- 3 HUEVO
- 4 PESCADO
- 5 MOLUSCOS
- 6 CRUSTACEOS
- 7 FRUTOS CASCARA

- 8 CACAHUETE
- 9 SESAMO
- 10 SOJA
- 11 ALTRAMUCES
- 12 MOSTAZA
- 13 APIO
- 14 OXIDO DE AZUFRE/SULFITOS

Froita fresca de tempada (primaveira):  
mazá, plátano/banana, pera, melón e sandía.

*A froita servida poderá variar en función da dispoñibilidade, garantindo en todo caso que se trata de froita fresca e de tempada.*

Marien Rodriño Fariña  
Técnico Superior en Dietética y Nutrición  
DNI 35472376 M



LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
06	07	08	09	10
 Semana Santa	Macarrons con salsa de tomate (1, 3, 10 e 12)  Boloñesa de carne  Ensalada de leituga, pemento, cenoria e millo (14)  Pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)  logur natural (2)	Crema de cenoria  Tortilla de pataca (3)  Ensalada de tomate e cebola (14)  Pan integral de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)  Froita de tempada	Arroz integral con verduras  Polo ao forno con tomate e cebola  Ensalada de leituga, tomate e millo (14)  Pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)  Froita de tempada	Brócoli salteado  Xarda ao forno (4, 5 e 6)  Pataca panadeira ao forno  Pan integral de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)  Froita de tempada
13	14	15	16	17
Pasta integral con champiñons (1, 3, 10 e 12)  Peituga de polo a prancha  Tomate asado  Pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)  logur natural (2)	Crema de cabaciña  Filete de merluza a romana (1, 3, 4, 5, 6, 10 e 12)  Ensalada de leituga, tomate e cebola (14)  Pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)  Froita de tempada	Masa follada de cabaciña, tomate e pementos (1, 2, 3, 4, 5, 6, 10 e 12)  Rape ao forno (4, 5 e 6)  Ensalada de leituga, tomate e cebola (14)  Pan integral de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)  Froita de tempada	Crema de porro  Ovos cocidos (3)  Cenoria con patacas cocidas  Pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)  Froita de tempada	Arroz pilaff  Xamón asado (14)  Ensalada de leituga, pemento, millo e cenoria (14)  Pan integral de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)  Froita de tempada
20	21	22	23	24
Crema de cabaza  Albóndigas con tomate (1, 2, 10, 12 e 14)  Puré de pataca  Pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)  Froita de tempada	Salteado de verduras  Tortilla de pataca e cabaciña (3)  Ensalada de tomate e cebola (14)  Pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)  Froita de tempada	Coliflor a galega  Bacallau ao forno (4, 5 e 6)  Patacas asadas  Pan integral de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)  Froita de tempada	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>XORNADAS HOLLYWOOD</b> </div> 	Macarrons salteados (1, 3, 10 e 12)  Taquiños de pavo salteados con brócoli  Ensalada de leituga, pementos, millo e cenoria (14)  Pan integral de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)  Froita fresca
27	28	29	30	
Arroz ao forno  Polo asado  Ensalada de leituga, millo e tomate (14)  Pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)  Froita de tempada	Verduras salteadas  Empanada de xamón e queixo (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 10 e 12)  Ensalada de leituga, cenoria e millo (14)  Pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)  Froita de tempada	Crema de cenoria  Xuret ao forno (4, 5 e 6)  Ensalada de tomate, aceitunas e millo (11 e 14)  Pan integral de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)  logur natural (2)	Sopa de ave con fideos integrais (1, 3, 10 e 12)  Revolto de champiñons (3)  Patacas gratinadas (2 e 3)  Pan de forno tradicional (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)  Froita de tempada	

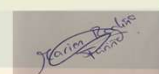
- 1 GLUTEN
- 2 LECHE
- 3 HUEVO
- 4 PESCADO
- 5 MOLUSCOS
- 6 CRUSTACEOS
- 7 FRUTOS CASCARA

- 8 CACAHUETE
- 9 SESAMO
- 10 SOJA
- 11 ALTRAMUCES
- 12 MOSTAZA
- 13 APIO
- 14 OXIDO DE AZUFRE/SULFITOS

Froita fresca de tempada (primaveira):  
mazá, plátano/banana, pera, melón e sandía.

*A froita servida poderá variar en función da dispoñibilidade, garantindo en todo caso que se trata de froita fresca e de tempada.*

Marien Rodriño Fariña  
Técnico Superior en Dietética y Nutrición  
DNI 35472376 M



LUNS

06



Semana Santa

MARTES

07

Macarrons con salsa de tomate (1, 3, 10 e 12)

Boloñesa vexetal de soia (1, 7, 9 e 10)

Ensalada de leituga, pemento e cenoria (14)

Pan sen sal (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)

logur natural (2)

MÉRCORES

08

Crema de cenoria

Tortilla de pataca (3)

Ensalada de tomate e cebola (14)

Pan sen sal (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)

Froita de tempada

XOVES

09

Arroz integral con verduras

Polo ao forno con tomate e cebola

Ensalada de leituga, tomate e cebola (14)

Pan sen sal (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)

Froita de tempada

VENRES

10

Brócoli salteado

Xarda ao forno (4, 5 e 6)

Pataca panadeira ao forno

Pan sen sal (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)

Froita de tempada

13

Pasta integral con champiñons (1, 3, 10 e 12)

Peituga de polo a prancha

Tomate asado

Pan sen sal (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)

logur natural (2)

14

Crema de cabaciña

Filete de merluza a romana (1, 3, 4, 5, 6, 10 e 12)

Ensalada de leituga, tomate e cebola (14)

Pan sen sal (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)

Froita de tempada

15

Tosta sen sal de cabaciña, tomate e pementos (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)

Fabas brancas con verduras

Pan sen sal (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)

Froita de tempada

16

Crema de chícharos

Ovos cocidos (3)

Xudías verdes con patacas cocidas

Pan sen sal (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)

Froita de tempada

17

Arroz pilaff

Xamón asado (14)

Ensalada de leituga, pemento e cenoria (14)

Pan sen sal (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)

Froita de tempada

20

Crema de cabaza

Filete de porco a prancha

Puré de pataca

Pan sen sal (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)

Froita de tempada

21

Lentellas estofadas (1)

Tortilla de pataca e cabaciña (3)

Ensalada de leituga, cebola e cenoria (14)

Pan sen sal (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)

Froita de tempada

22

Coliflor a galega

Pescada ao forno (4, 5 e 6)

Patacas asadas

Pan sen sal (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)

Froita de tempada

XORNADAS HOLLYWOOD



24

Macarrons salteados (1, 3, 10 e 12)

Taquiños de pavo salteados con brócoli

Ensalada de leituga, pementos e cenoria (14)

Pan sen sal (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)

Froita fresca

27

Arroz ao forno

Polo asado

Ensalada de leituga, cebola e tomate (14)

Pan sen sal (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)

Froita de tempada

28

Garavanzos salteados con cebola e cenoria

Filete de xamón a prancha

Ensalada de leituga, cenoria e cebola (14)

Pan sen sal (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)

Froita de tempada

29

Crema de cenoria

Xuret ao forno (4, 5 e 6)

Ensalada de tomate e cebola (14)

Pan sen sal (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)

logur natural (2)

30

Sopa de ave con fideos integrais (1, 3, 10 e 12)

Revolto de champiñons (3)

Patacas asadas

Pan sen sal (1, 2, 3, 7, 9, 10 e 12)

Froita de tempada

1 GLUTEN  
2 LECHE  
3 HUEVO  
4 PESCADO  
5 MOLUSCOS  
6 CRUSTACEOS  
7 FRUTOS CASCARA

8 CACAHUETE  
9 SESAMO  
10 SOJA  
11 ALTRAMUCES  
12 MOSTAZA  
13 APIO  
14 OXIDO DE AZUFRE/SULFITOS

Froita fresca de tempada (primaveira):  
mazá, plátano/banana, pera, melón e sandía.

A froita servida poderá variar en función da dispoñibilidade, garantindo en todo caso que se trata de froita fresca e de tempada.

Marién Rodriño Fariña  
Técnico Superior en Dietética y Nutrición  
DNI 35472376 M

Marién Rodriño Fariña