



SEN OVO

NOVIEMBRE 2021

LUNS

01/11/2021

MARTES

02/11/2021

MÉRCORES

03/11/2021

XOVES

04/11/2021

VENRES

05/11/2021

Semana 1

FESTIVO

CREMA DE CENORIA

SOPA DE PASTA

PASTA SALTEADA CON VERDURAS

XUDIAS REFOGADAS

FOGONEIRO EN SALSA DE CEDEIRESA

TENREIRA ASADA

GARAVANZOS CON BACALLAO

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

PATACA O VAPOR

LEITUGA E TOMATE

FROITA

FROITA

IOGUR

FROITA

08/11/2021

09/11/2021

10/11/2021

11/11/2021

12/11/2021

LENTELLAS VEXETAIS

SOPA DE PASTA

PASTA CON VERDURAS

SOPA DEL DIA

CREMA DE CABAZA

PESCADA A MARIÑEIRA

POLO O CHILINDRON

XURELO EN SALSA DE LIMÓN

XAMÓN ASADO EN SALSA

ALBÓDEGAS

PATACA O VAPOR

VERDURAS

ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE E ESPARRAGOS

ARROZ BRANCO

MACARRONS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL

FROITA

IOGUR

FROITA

IOGUR

FROITA

Semana 2

15/11/2021

16/11/2021

17/11/2021

18/11/2021

19/11/2021

CREMA DE CENORIA

MACARRONS O FORNO

CREMA DE CABACIÑA

SOPA DE PASTA

COLIFLOR A GALEGA

LOMBO ASADO

PESCADA A GALEGA

TENREIRA GOVERNADA CON ARROZ

SALMON O FORNO

PUCHERO DE PAVO CON PATACAS

VERDURAS

PATACA O VAPOR

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

XELATINA

FROITA

IOGUR

FROITA

FROITA

Semana 3

22/11/2021

23/11/2021

24/11/2021

25/11/2021

26/11/2021

LENTELLAS CON CHOURIZO

MINESTRA

FABAS VEXETAIS

XUDIAS CON ALLADA

CREMA DE VERDURAS

PAELLA MIXTA DE PEIXE, POLO E LURAS

RAGOUT DE PORCO CON PATACAS

FILETE DE PESCADA ENFARIÑADA

LOMBO EN SALSA

CALDERETA DE TENREIRA

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS

MACARRONS

MACARRONS

IOGUR

FROITA

FROITA

FROITA

IOGUR

Semana 4

29/11/2021

30/11/2021

01/12/2021

02/12/2021

03/12/2021

CREMA DE CABAZA

GARAVANZOS CON VERDURAS

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

GUIZO DE CALAMARES CON ARROZ

PATACAS O FORNO

FROITA

FROITA

Semana 5