

## MENU NORMOCALORICO SETEMBRO 2.019

	LUNS		MARTES		MÉRCORES		XOVES		VENRES	
1ª Semana	02-sep	Suxerencias de Cea	03-sep	Suxerencias de Cea	04-sep	Suxerencias de Cea	05-sep	Suxerencias de Cea	6-sep	Suxerencias de Cea
	CREMA DE BRÉCOL	PASTA CON CHAMPIÑONS	ENSALADA DE VERDURAS CON LENTELLAS	ENSALADA DE TOMATE CON AGUACATE	FAXIÑAS DE VERDURAS	PATACAS AO POBRE	SOPA DE VERDURAS	PIPIARRA (PEMENTO, TOMATE E COGOMBRO)	ENSALADA VARIADA	ENSALADA DE LEITUGA, AMORODOS E QUEIXO
	PESCADA Á ROMANA CON PATACA	LURAS	ESTUFADO DE PAVO CON PASTA	TORTILLA DE PATACA	BACALLAU CON PATACA E VERDURAS	ESPAGUETI DE CABACÍN CON DADOS DE PAVO	CODILLO Ó FORNO CON ARROZ	GUIZO DE LURAS CON PATACA	LASAÑA DE TENREIRA	TORRADA DE PAN CON TOMATE E XAMÓN
	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
2ª Semana	09-sep	Suxerencias de Cea	10-sep	Suxerencias de Cea	11-sep	Suxerencias de Cea	12-sep	Suxerencias de Cea	13-sep	Suxerencias de Cea
	CREMA DE VERDURAS	ENSALADA VARIADA CON PICATOSTES	EMPANADA	ENSALADA DE COENGOS CON AGUACATE E NOCES	ENSALADA MEDITERRÁNEA	VERDURA COCIDA CON PATACA	LENTELLAS ESTOFADAS	BRÓCOLI EN BECHAMEL	ENSALADILLA	ENSALADA DE BROTES VERDES CON XERMINADOS DE SOJA E FROITOS SECOS
	ATÚN Ó FORNO CON PATACA	REVOLTO DE OVO CON PATACAS E PEMENTOS	TENREIRA CON FIDEO E VERDURIÑA	POLO ASADO CON ARROZ	ARROZ Á MILANESA	OVOS RECHEOS DE SALMÓN	PESCADA CON ENSALADA	DORADA AO FORNO	POLO ASADO CON GUARNICIÓN	TORTILLA DE PATACA
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
3ª Semana	16-sep	Suxerencias de Cea	17-sep	Suxerencias de Cea	18-sep	Suxerencias de Cea	19-sep	Suxerencias de Cea	20-sep	Suxerencias de Cea
	GUISANTES Á ANDALUZA	COLIFLOR GRATINADA	FABADA VEXETAL	PEMENTOS ASADOS	ENSALADA MIXTA	ENSALADA DE TOMATE E OUREGO	ARROZ 3 DELICIAS	BRÓCOLI	CROISANT RECHEO	GRELLADA DE VERDURAS
	TENREIRA GUISADA CON ARROZ	PEIXE CON PATACA COCIDA	PEITUGA EN SALSA DE COGUMELOS E PATACAS	QUINOA CON DADOS DE POLO	ESPAGUETI CON BOLOÑESA DE ATUN	OVOS ESTRELADOS CON CHICHAROS	LOMBO A PRANCHA CON ENSALADA	CALDEIRADA DE PEIXE CON PATACA	PALOMETA Ó FORNO CON PATACAS	ARROZ CON VERDURAS E PAVO
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
4ª Semana	23-sep	Suxerencias de Cea	24-sep	Suxerencias de Cea	25-sep	Suxerencias de Cea	26-sep	Suxerencias de Cea	27-sep	Suxerencias de Cea
	ENSALADA TROPICAL	ESPAGUETI DE CABACÍN CON CENORIA RELADA E SALSA DE TOMATE	XUDIAS CON OVO	ENSALADA DE LEITUGA, COGOMBRO E OLIVAS	CREMA DE CABACIÑA	FERVIDO DE VERDURAS	FAXIÑAS RECHEAS	FIDEOS CON ALLADA	SOPA DE LETRAS	ENSALADA DE LEITUGA, MANGO E AMORODOS
	MACARRONS CON BOLOÑESA DE TENREIRA	TORTILLA FRANCESA CON QUEIXO, TORRADA DE PAN CON OLIVADA	SALMÓN EN SALSA CON PATACA	LOMBO CON BONIATO ASADO	ZORZA DE POLO CON ARROZ	CHIPIRONS Á PRANCHA CON PATACA COCIDA	PEIXE CON ENSALADA	COLIFLOR CON BACALLAU	PAVO CON VERDURIÑAS	TORTILLA DE PATACA E PEMENTO
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
5ª Semana	30-sep	Suxerencias de Cea								
	ENSALADA VARIADA	GRELLADA DE VERDURAS								
	HAMBURGUESA CON ARROZ	PEIXE CON PATACA COCIDA								
IOGUR	FROITA									


**arelascatering**  
 Grupo AF Servicios de Hostelería