



Asociación INTEGRO para a Diversidade Funcional das comarcas de Bergantiños, Terra de Soneira e Fisterra

MENÚ OUTONO.- 2016

	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
1º PRATO	LENTELLAS	ENSALADA	COCIDO GALEGO	PASTA CON TOMATE	SOPA	ENSALADA	LENTELLAS	PIZZA	ENSALADILLA	ENSALADA
2º PRATO	PASTA CON CARNE E CHAMPIÑÓNS	CALLOS		POLO ASADO	ESTOFADO DE TENREIRA	GARAVANZOS CON CHOURIZO	RAXO DE POLO CON ARROZ	CARNE AO CALDEIRO	COLAS DE RAPE EN SALSA	CHURRASCO
POSTRE	POSTRE, PAN E AUGA	POSTRE, PAN E AUGA	POSTRE, PAN Y AUGA	POSTRE, PAN E AUGA	POSTRE, PAN E AUGA	POSTRE, PAN E AUGA	POSTRE, PAN E AUGA	POSTRE, PAN E AUGA	POSTRE, PAN E AUGA	POSTRE, PAN E AUGA
	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
1º PRATO	MENESTRA	SARDINILLAS	CREMA DE VERDURAS	LENTELLAS	SOPA DE FIDEOS	CREMA DE VERDURAS	SOPA	COCIDO GALEGO	PISTO	TOSTAS DE SARDIÑAS E PEMENTO
2º PRATO	RISOTTO DE CARNE	XAMÓN ASADO	PEIXE	BISTÉS EN SALSA DE MOSTAZA	GUISO DE CHOUPA	RISOTTO DE CARNE E VERDURAS	ESTOFADO DE TENREIRA		PASTA CON SALSA BOLOÑESA	CODILLO ESTOFADO
POSTRE	POSTRE, PAN E AUGA	POSTRE, PAN E AUGA	POSTRE, PAN E AUGA	POSTRE, PAN E AUGA	POSTRE, PAN E AUGA	POSTRE, PAN E AUGA	POSTRE, PAN E AUGA	POSTRE, PAN E AUGA	POSTRE, PAN E AUGA	POSTRE, PAN E AUGA

Responsable da elaboración:

Parrillada-Restaurante A Pedra
Félix Castiñeira

Supervisado por:

María Viña - Nutricionista