

Lunes

2 Lentejas Estofadas con Verduras
Lentillas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Tortilla de Pataca con Cebola
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Kcal: 584 **Lip:** 17,53 **Prot:** 22,90 **HC:** 85,23

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

9 Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO
Paella Valenciana
Paella Valenciana
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Kcal: 646 **Lip:** 15,02 **Prot:** 20,56 **HC:** 112,28

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

16 Brócoli Salteado
Brócoli Salteado
Albóndigas de Ternera en Salsa
Albóndegas de Tenreira en Salsa
Patatas Fritas
Pataca Frita
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Kcal: 633 **Lip:** 34,70 **Prot:** 19,97 **HC:** 61,63

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

23 Lentejas Estofadas con Verduras
Lentillas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa de Atún
Tortilla Francesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Kcal: 586 **Lip:** 17,97 **Prot:** 30,62 **HC:** 78,54

Cena: Verdura + Carne + Fruta

30 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido
Sopa de Picado con Ovo Cocido
Pollo al Ajillo
Pito ao Allo
Patatas Panadera
Patacas Panadeira
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Kcal: 753 **Lip:** 23,02 **Prot:** 49,39 **HC:** 65,91

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Martes

3 Arroz con Tomate
Arroz con Tomate
Bienmesabe Adobado
Bienmesabe Adobado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Kcal: 745 **Lip:** 22,72 **Prot:** 35,08 **HC:** 91,35

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

10 Tallarines con Tomate
Tallarines con Tomate
Tortilla Francesa de Atún
Tortilla Francesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Kcal: 593 **Lip:** 18,80 **Prot:** 23,44 **HC:** 82,65

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

17 Coditos al Gratén
Coditos ao Gratén
Bacalao a la Portuguesa
Bacallau con Tomate e Pementos
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Kcal: 692 **Lip:** 19,77 **Prot:** 39,05 **HC:** 89,16

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

24 Arroz a la Cubana
Arroz ao Cubana
Salchichas de Pollo al Horno
Salchichas de Pavo ao Forno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Kcal: 675 **Lip:** 23,13 **Prot:** 21,80 **HC:** 98,31

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

31 Espaguetis con Tomate
Espaguetis con Tomate
Crujiente de Bacalao
Crujiente de Bacallau
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada/Postre Especial y Pan
Froita de Tempada/Sobremesa Especial e Pan

Kcal: 732 **Lip:** 26,66 **Prot:** 20,91 **HC:** 102,64

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Miércoles

4 Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
Cinta de Lomo al Horno
Cinta de Lombo ao Forno
Patatas Fritas
Pataca Frita
Yogur y Pan Integral
logur e Pan Integral

Kcal: 540 **Lip:** 23,74 **Prot:** 35,57 **HC:** 47,98

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

11 Sopa de Cocido
Sopa de Cocido
Cocido Completo
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Repolo Rehogado
Yogur y Pan Integral
logur e Pan Integral

Kcal: 686 **Lip:** 23,49 **Prot:** 42,19 **HC:** 78,87

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

18 Lentejas con Chorizo
Lentillas con Chourizo
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Yogur y Pan Integral
logur e Pan Integral

Kcal: 610 **Lip:** 23,57 **Prot:** 27,84 **HC:** 73,93

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

25 Macarrones Boloñesa
Macarrones Boloñesa
Merluza en Salsa Verde
Pescada en Salsa Verde
Guisantes (En Guiso)

Yogur y Pan Integral
logur e Pan Integral

Kcal: 610 **Lip:** 19,00 **Prot:** 40,57 **HC:** 67,98

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Jueves

5 Garbanzos Estofados con Chorizo
Garavanzos Estofados con Chourizo
Merluza en Papillote
Pescada en Papillote
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Kcal: 649 **Lip:** 22,40 **Prot:** 38,87 **HC:** 75,17

Cena: Verdura + Carne + Fruta

12 
FESTIVO

Kcal: 643 **Lip:** 24,78 **Prot:** 17,55 **HC:** 86,87

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

19 Arroz Tres Delicias
Arroz Tres Delicias
Croquetas de Jamón
Croquetas de Xamón
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Kcal: 702 **Lip:** 20,19 **Prot:** 39,34 **HC:** 93,91

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

26 Sopa de Cocido
Sopa de Cocido
Cocido Completo
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Repolo Rehogado
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Kcal: 487 **Lip:** 22,15 **Prot:** 37,36 **HC:** 34,19

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Viernes

6 Macarrones Gratinados
Macarrones Gratinados
Pollo Asado
Pito Asado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Yogur y Pan
logur e Pan

Kcal: 803 **Lip:** 26,89 **Prot:** 48,51 **HC:** 68,54

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

13 Patatas Estofadas con Verduras
Patacas Estofadas con Verduras
Merluza con Tomate
Pescada con Tomate
Ensalada de Tomate y Maíz
Ensalada de Tomate e Millo
Yogur y Pan
logur e Pan

Kcal: 551 **Lip:** 20,32 **Prot:** 32,58 **HC:** 61,58

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

20 Alubias blancas Estofadas con Verduras
Fabas brancas Estofadas con Verduras
Caballa en Aceite
Cabala en Aceite
Ensalada de Pimientos Asados
Ensalada de Pementos Asados
Yogur y Pan
logur e Pan

Kcal: 457 **Lip:** 23,39 **Prot:** 32,57 **HC:** 29,06

Cena: Verdura + Carne + Fruta

27 Brócoli en Tempura
Brócoli en Tempura
Rotti de Pavo al Horno
Rotti de Pavo ao Forno
Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
Yogur y Pan
logur e Pan

Kcal: 487 **Lip:** 22,15 **Prot:** 37,36 **HC:** 34,19

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo



FRUTA VARIADA y de TEMPORADA.

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Lunes

2 Coliflor Rehogada
Coliflor Rehogada
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Lechuga y Tomate
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

9 Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoría ECO
Paella Valenciana
Paella Valenciana
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Lechuga y Tomate
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

16 Brócoli Salteado
Brócoli Salteado
Albóndigas de Ternera en Salsa
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Fritas
Patatas Fritas
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

23 Crema de Calabacín
Crema de Calabacín
Tortilla Francesa de Atún
Tortilla Francesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Lechuga y Maíz
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

30 Sopa de Fideos S/Gluten S/Huevo
Sopa de Fideos S/Gluten S/Huevo
Pollo al Ajillo
Pollo al Ajillo
Pito ao Allo
Pito ao Allo
Patatas Panadera
Patatas Panadera
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

Martes

3 Arroz con Tomate
Arroz con Tomate
Bienmesabe Adobado
Bienmesabe Adobado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

10 Pasta S/Gluten S/Huevo con Tomate
Pasta S/Gluten S/Huevo con Tomate
Tortilla Francesa de Atún
Tortilla Francesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

17 Pasta S/Gluten S/Huevo al Gratén
Coditos ao Gratén
Bacalao a la Portuguesa
Bacalao con Tomate e Pementos
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

24 Arroz a la Cubana
Arroz ao Cubana
Salchichas de Pollo al Horno
Salchichas de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

31 Pasta S/Gluten S/Huevo con Tomate
Pasta S/Gluten S/Huevo con Tomate
Bacalao al Horno
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Lechuga y Maíz
Fruta de Temporada/Postre Especial
Fruta de Temporada/Postre Especial
Fruta de Temporada/Postre Especial

Miércoles

4 Crema de Calabacín ECO
Crema de Calabacín ECO
Cinta de Lomo al Horno
Cinta de Lomo al Horno
Patatas Fritas
Patatas Fritas
Yogur
Yogur
logur

11 Sopa de Cocido (Fideos S/Gluten S/Huevo)
Sopa de Cocido (Fideos S/Gluten S/Huevo)
Cocido Completo
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Repollo Rehogado
Yogur
Yogur
logur

18 Crema de Calabaza
Crema de Calabaza
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Lechuga y Maíz
Yogur
Yogur
logur

25 Pasta S/Gluten S/Huevo Boloñesa
Macarrones Boloñesa
Merluza en Salsa Verde
Merluza en Salsa Verde
Pescada en Salsa Verde
Pescada en Salsa Verde
Guisantes (En Guiso)
Guisantes (En Guiso)
Yogur
Yogur
logur

Jueves

5 Garbanzos Estofados con Chorizo
Garbanzos Estofados con Chorizo
Merluza en Papillote
Merluza en Papillote
Pescada en Papillote
Pescada en Papillote
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

12 
FESTIVO

19 Arroz Tres Delicias
Arroz Tres Delicias
Cinta de Lomo al Horno
Cinta de Lomo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Lechuga y Tomate
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

26 Sopa de Cocido (Fideos S/Gluten S/Huevo)
Sopa de Cocido (Fideos S/Gluten S/Huevo)
Cocido Completo
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Repollo Rehogado
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada
Fruta de Temporada

Viernes

6 Pasta S/Gluten S/Huevo al Gratén
Coditos ao Gratén
Pollo Asado
Pollo Asado
Pito Asado
Pito Asado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Lechuga y Maíz
Yogur
Yogur
logur

13 Patatas Estofadas con Verduras
Patatas Estofadas con Verduras
Merluza con Tomate
Merluza con Tomate
Ensalada de Tomate y Maíz
Ensalada de Tomate y Maíz
Yogur
Yogur
logur

20 Alubias blancas Estofadas con Verduras
Fabas brancas Estofadas con Verduras
Caballa en Aceite
Caballa en Aceite
Ensalada de Pimientos Asados
Ensalada de Pimientos Asados
Yogur
Yogur
logur

27 Brócoli Rehogado
Brócoli Rehogado
Pollo Asado
Pollo Asado
Pito Asado
Pito Asado
Cenorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
Yogur
Yogur
logur

Lunes

2 Lentejas Estofadas con Verduras
Lentillas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Tortilla de Pataca con Cebola
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

9 Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO
Paella Valenciana
Paella Valenciana
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

16 Brócoli Salteado
Brócoli Salteado
Albóndigas de Ternera en Salsa
Albóndegas de Tenreira en Salsa
Patatas Fritas
Pataca Frita
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

23 Lentejas Estofadas con Verduras
Lentillas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa de Atún
Tortilla Francesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

30 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido
Sopa de Picado con Ovo Cocido
Pollo al Ajillo
Pito ao Allo
Patatas Panadera
Patacas Panadeira
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Martes

3 Arroz con Tomate
Arroz con Tomate
Bienmesabe Adobado
Bienmesabe Adobado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

10 Tallarines con Tomate
Tallarines con Tomate
Tortilla Francesa de Atún
Tortilla Francesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

17 Coditos al Gratén
Coditos ao Gratén
Bacalao a la Portuguesa
Bacallau con Tomate e Pementos
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

24 Arroz a la Cubana
Arroz ao Cubana
Salchichas de Pollo al Horno
Salchichas de Pavo ao Forno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

31 Espaguetis con Tomate
Espaguetis con Tomate
Crujiente de Bacalao
Crujiente de Bacallau
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada/Postre Especial y Pan
Froita de Tempada/Sobremesa Especial e Pan

Miércoles

4 Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
Cinta de Lomo al Horno
Cinta de Lombo ao Forno
Patatas Fritas
Pataca Frita
Yogur y Pan Integral
logur e Pan Integral

11 Sopa de Cocido
Sopa de Cocido
Cocido Completo
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Repolo Rehogado
Yogur y Pan Integral
logur e Pan Integral

18 Lentejas con Chorizo
Lentillas con Chourizo
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Yogur y Pan Integral
logur e Pan Integral

25 Macarrones Boloñesa
Macarrones Boloñesa
Merluza en Salsa Verde
Pescada en Salsa Verde
Guisantes (En Guiso)

Yogur y Pan Integral
logur e Pan Integral

Jueves

5 Garbanzos Estofados con Chorizo
Garavanzos Estofados con Chourizo
Merluza en Papillote
Pescada en Papillote
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

12 
FESTIVO

19 Arroz con Verduras
Arroz con Verduras
Croquetas de Jamón
Croquetas de Xamón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

26 Sopa de Cocido
Sopa de Cocido
Cocido Completo
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Repolo Rehogado
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Viernes

6 Macarrones Gratinados
Macarrones Gratinados
Pollo Asado
Pito Asado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Yogur y Pan
logur e Pan

13 Patatas Estofadas con Verduras
Patacas Estofadas con Verduras
Merluza con Tomate
Pescada con Tomate
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Yogur y Pan
logur e Pan

20 Alubias blancas Estofadas con Verduras
Fabas brancas Estofadas con Verduras
Caballa en Aceite
Cabala en Aceite
Ensalada de Pimientos Asados
Ensalada de Pementos Asados
Yogur y Pan
logur e Pan

27 Brócoli en Tempura
Brócoli en Tempura
Rotti de Pavo al Horno
Rotti de Pavo ao Forno
Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
Yogur y Pan
logur e Pan

Lunes

- 2** Lentejas Estofadas con Verduras (Sin Tomate Frito)
Lentillas Estofadas con Verduras (sen tomate frito)
Tortilla de Patata con Cebolla
Tortilla de Pataca con Cebola
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
- 9** Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO
Paella Valenciana
Paella Valenciana
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
- 16** Brócoli Salteado
Brócoli Salteado
- Ragut de Ternera Asada
Ragut de Tenreira Asada
Patatas Fritas
Pataca Frita
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
- 23** Lentejas Estofadas con Verduras (Sin Tomate Frito)
Lentillas Estofadas con Verduras (sen tomate frito)
Tortilla Francesa de Atún
Tortilla Francesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
- 30** Sopa de Picadillo con Huevo Cocido
Sopa de Picado con Ovo Cocido
Pollo al Ajillo
Pito ao Allo
Patatas Panadera
Patacas Panadeira
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Martes

- 3** Arroz Rehogado
Arroz Rehogado
- Bienmesabe Adobado
Bienmesabe Adobado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
- 10** Tallarines Rehogados
Tallarines Rehogados
Tortilla Francesa de Atún
Tortilla Francesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
- 17** Códitos Rehogados
Códitos Rehogados
- Bacalao al Horno
Bacallau ao Forno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
- 24** Arroz Rehogado
Arroz Rehogado
- Salchichas de Pollo al Horno
Salchichas de Pavo ao Forno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
- 31** Espaguetis Rehogados
Espaguetis Rehogados
Crujiente de Bacalao
Crujiente de Bacallau
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada/Postre Especial y Pan
Froita de Tempada/Sobremesa Especial e Pan

Miércoles

- 4** Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
- Cinta de Lomo al Horno
Cinta de Lombo ao Forno
Patatas Fritas
Pataca Frita
Yogur y Pan Integral
Iogur e Pan Integral
- 11** Sopa de Cocido
Sopa de Cocido
Cocido Completo
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Repolo Rehogado
Yogur y Pan Integral
Iogur e Pan Integral
- 18** Lentejas Estofadas con Verduras (Sin Tomate Frito)
Lentillas Estofadas con Verduras (sen tomate frito)
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Yogur y Pan Integral
Iogur e Pan Integral
- 25** Macarrones Rehogados
Macarrones Rehogados
- Merluza en Salsa Verde
Pescada en Salsa Verde
Guisantes (En Guiso)
- Yogur y Pan Integral
Iogur e Pan Integral

Jueves

- 5** Garbanzos Estofados con Chorizo
Garavanzos Estofados con Chourizo
- Merluza en Papillote
Pescada en Papillote
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
- 12**
- 
- 19** Arroz Tres Delicias
Arroz Tres Delicias
- Croquetas de Jamón
Croquetas de Xamón
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan
- 26** Sopa de Cocido
Sopa de Cocido
- Cocido Completo
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Repolo Rehogado
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Viernes

- 6** Macarrones Rehogados
Macarrones Rehogados
- Pollo Asado
Pito Asado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Yogur y Pan
Iogur e Pan
- 13** Patatas Estofadas con Verduras
Patacas Estofadas con Verduras
Merluza al Horno
Pescada ao Forno
Ensalada de Tomate y Maíz
Ensalada de Tomate e Millo
Yogur y Pan
Iogur e Pan
- 20** Alubias blancas Estofadas con Verduras
Fabas brancas Estofadas con Verduras
- Caballa en Aceite
Cabala en Aceite
Ensalada de Pimientos Asados
Ensalada de Pementos Asados
Yogur y Pan
Iogur e Pan
- 27** Brócoli en Tempura
Brócoli en Tempura
- Rotti de Pavo al Horno
Rotti de Pavo ao Forno
Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
Yogur y Pan
Iogur e Pan

Lunes

2 Lentejas Estofadas con Verduras
Lentillas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Lechuga y Tomate
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

9 Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO
Paella Valenciana
Paella Valenciana
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Lechuga y Tomate
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

16 Brócoli Salteado
Brócoli Salteado
Albóndigas de Ternera en Salsa
Albóndigas de Ternera en Salsa
Patatas Fritas
Patata Frita
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

23 Lentejas Estofadas con Verduras
Lentillas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Lechuga y Maíz
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

30 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido
Sopa de Picado con Ovo Cocido
Pollo al Ajillo
Pito ao Allo
Patatas Panadera
Patacas Panadeira
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Martes

3 Arroz con Tomate
Arroz con Tomate
Caballa en Aceite
Cabala en Aceite
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

10 Tallarines con Tomate
Tallarines con Tomate
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

17 Coditos al Gratén
Coditos ao Gratén
Lomo Asado
Lombo Asado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

24 Arroz a la Cubana
Arroz ao Cubana
Salchichas de Pollo al Horno
Salchichas de Pavo ao Forno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

31 Espaguetis con Tomate
Espaguetis con Tomate
Cinta de Lomo al Horno
Cinta de Lombo ao Forno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Lechuga y Maíz
Fruta de Temporada/Postre Especial y Pan
Froita de Tempada/Sobremesa Especial e Pan

Miércoles

4 Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
Cinta de Lomo al Horno
Cinta de Lombo ao Forno
Patatas Fritas
Patata Frita
Yogur y Pan Integral
logur e Pan Integral

11 Sopa de Cocido
Sopa de Cocido
Cocido Completo
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Repolo Rehogado
Yogur y Pan Integral
logur e Pan Integral

18 Lentejas con Chorizo
Lentillas con Chorizo
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Lechuga y Maíz
Yogur y Pan Integral
logur e Pan Integral

25 Macarrones Boloñesa
Macarrones Boloñesa
Cinta de Lomo al Horno
Cinta de Lombo ao Forno
Guisantes (En Guiso)

Yogur y Pan Integral
logur e Pan Integral

Jueves

5 Garbanzos Estofados con Chorizo
Garavanzos Estofados con Chourizo
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

12 
FESTIVO

19 Arroz con Verduras
Arroz con Verduras
Cinta de Lomo al Horno
Cinta de Lombo ao Forno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Lechuga y Tomate
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

26 Sopa de Cocido
Sopa de Cocido
Cocido Completo
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Repolo Rehogado
Fruta de Temporada y Pan
Froita de Tempada e Pan

Viernes

6 Macarrones Gratinados
Macarrones Gratinados
Pollo Asado
Pito Asado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Lechuga y Maíz
Yogur y Pan
logur e Pan

13 Patatas Estofadas con Verduras
Patacas Estofadas con Verduras
Pollo Asado
Pito Asado
Ensalada de Tomate y Maíz
Ensalada de Tomate y Maíz
Yogur y Pan
logur e Pan

20 Alubias blancas Estofadas con Verduras
Fabas brancas Estofadas con Verduras
Caballa en Aceite
Cabala en Aceite
Ensalada de Pimientos Asados
Ensalada de Pimientos Asados
Yogur y Pan
logur e Pan

27 Brócoli Rehogado
Brócoli Rehogado
Rotti de Pavo al Horno
Rotti de Pavo ao Forno
Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
Yogur y Pan
logur e Pan

Lunes

2 Lentejas Estofadas con Verduras
Lentellas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla
Tortilla de Pataca con Cebola
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

9 Crema de Zanahoria ECO
Crema de Cenoria ECO
Paella Valenciana
Paella Valenciana
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

16 Brócoli Salteado
Brócoli Salteado
Albóndigas de Ternera en Salsa
Albóndegas de Tenreira en Salsa
Patatas Fritas
Pataca Frita
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

23 Lentejas Estofadas con Verduras
Lentellas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa de Atún
Tortilla Francesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

30 Sopa de Picadillo con Huevo Cocido
Sopa de Picado con Ovo Cocido
Pollo al Ajillo
Pito ao Allo
Patatas Panadera
Patacas Panadeira
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

Martes

3 Arroz con Tomate
Arroz con Tomate
Bienmesabe Adobado
Bienmesabe Adobado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

10 Tallarines con Tomate
Tallarines con Tomate
Tortilla Francesa de Atún
Tortilla Francesa de Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

17 Códitos con Tomate
Códitos con Tomate
Bacalao a la Portuguesa
Bacallau con Tomate e Pementos
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

24 Arroz a la Cubana
Arroz ao Cubana
Pollo al Ajillo
Pito ao Allo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

31 Espaguetis con Tomate
Espaguetis con Tomate
Bacalao al Horno
Bacallau ao Forno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada/Postre Especial
Froita de Tempada/Sobremesa Especial

Miércoles

4 Crema de Calabacín ECO
Crema de Cabaciña ECO
Cinta de Lomo al Horno
Cinta de Lombo ao Forno
Patatas Fritas
Pataca Frita
Yogur sin Lactosa
logur sen Lactosa

11 Sopa de Cocido
Sopa de Cocido
Cocido (Sin Chorizo)
Cocido sen Chourizo
Repollo Rehogado
Repolo Rehogado
Yogur sin Lactosa
logur sen Lactosa

18 Lentejas (Sin Chorizo)
Lentellas sen Chourizo
Tortilla Francesa
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Yogur sin Lactosa
logur sen Lactosa

25 Macarrones Boloñesa
Macarrones Boloñesa
Merluza en Salsa Verde
Pescada en Salsa Verde
Guisantes (En Guiso)

Yogur sin Lactosa
logur sen Lactosa

Jueves

5 Garbanzos Estofados (Sin Chorizo)
Garavanzos Estofados sen Chourizo
Merluza en Papillote
Pescada en Papillote
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

12 
FESTIVO

19 Arroz Rehogado
Arroz Rehogado
Cinta de Lomo al Horno
Cinta de Lombo ao Forno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

26 Sopa de Cocido
Sopa de Cocido
Cocido (Sin Chorizo)
Cocido sen Chourizo
Repollo Rehogado
Repolo Rehogado
Fruta de Temporada
Froita de Tempada

Viernes

6 Macarrones con Tomate
Macarrones con Tomate
Pollo Asado
Pito Asado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Ensalada de Leituga e Millo
Yogur sin Lactosa
logur sen Lactosa

13 Patatas Estofadas con Verduras
Patacas Estofadas con Verduras
Merluza con Tomate
Pescada con Tomate
Ensalada de Tomate y Maíz
Ensalada de Tomate e Millo
Yogur sin Lactosa
logur sen Lactosa

20 Alubias blancas Estofadas con Verduras
Fabas brancas Estofadas con Verduras
Caballa en Aceite
Cabala en Aceite
Ensalada de Pimientos Asados
Ensalada de Pementos Asados
Yogur sin Lactosa
logur sen Lactosa

27 Brócoli Rehogado
Brócoli Rehogado
Pollo Asado
Pito Asado
Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
Yogur sin Lactosa
logur sen Lactosa

Lunes

- 2** Lentejas Estofadas con Verduras (SIN PATATA y SIN TOMATE FRITO)
Lentellas Estofadas con Verduras

- Lomo Asado
Lombo Asado
- Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada

- 9** Crema de Zanahoria ECO (SIN PATATA)
Crema de Cenoria ECO Sen Pataca

- Paella Valenciana
Paella Valenciana
- Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada

- 16** Brócoli Salteado
Brócoli Salteado

- Ragut de Ternera Asada
Ragut de Tenreira Asada
- Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada

- 23** Lentejas Estofadas con Verduras (SIN PATATA y SIN TOMATE FRITO)
Lentellas Estofadas con Verduras
- Lomo Asado
Lombo Asado
- Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada
- Champiñones Rehogados
Champiñóns con Patacas

- 30** Pollo al Ajillo
Pito ao Allo
- Ensalada Verde
Ensalada de Leituga e Millo
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada

Martes

- 3** Arroz con Tomate Casero
Arroz con Tomate Caseiro

- Bienmesabe Adobado
Bienmesabe Adobado
- Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada

- 10** Verdura Tricolor (Brócoli, Coliflor y Zanahoria)
Verdura tricolor (Brócoli, Coliflor e Cenoria)
- Ragut de Ternera Asada
Ragut de Tenreira Asada
- Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada

- 17** Crema de Champiñones y Cebolla (Sin Patata)
Crema de Champiñóns con Cebola
- Bacalao al Horno
Bacallau ao Forno
- Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada

- 24** Arroz con Tomate Casero
Arroz con Tomate Caseiro

- Pollo Asado
Pito Asado
- Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada
- Salteado de Verduras (Zanahoria, Calabacín, Puerro)
Salteado de Verduras
- Bacalao al Horno
Bacallau ao Forno
- Pimientos Asados
Pementos Asados
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada

- 31** Salteado de Verduras (Zanahoria, Calabacín, Puerro)
Salteado de Verduras
- Bacalao al Horno
Bacallau ao Forno
- Pimientos Asados
Pementos Asados
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada

Miércoles

- 4** Crema de Calabacín y Zanahoria (Sin Patata)
Crema de Cabaciña e Cenoria

- Cinta de Lomo al Horno
Cinta de Lombo ao Forno
- Pimientos Asados
Pementos Asados
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada
- Champiñones Rehogados
Champiñóns con Patacas

- 11** Cinta de Lomo al Horno
Cinta de Lombo ao Forno
- Repollo Rehogado
Repolo Rehogado
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada

- 18** Lentejas Estofadas con Verduras (SIN PATATA y SIN TOMATE FRITO)
Lentellas Estofadas con Verduras
- Pollo en Salsa
Pito en Salsa
- Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada

- 25** Salteado de Verduras (Zanahoria, Calabacín, Puerro)
Salteado de Verduras
- Merluza en Salsa Verde
Pescada en Salsa Verde
- Ensalada Verde
Ensalada de Leituga e Millo
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada

Jueves

- 5** Garbanzos Estofados (Sin Chorizo)
Garavanzos Estofados sen Chourizo

- Merluza en Papillote
Pescada en Papillote
- Verduras Asadas
Verduras Asadas
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada

- 12**  **FESTIVO**

- 19** Arroz con Verduras
Arroz con Verduras

- Lomo Asado
Lombo Asado
- Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada
- Acelgas con Zanahoria
Acelga con Cenoria

- 26** Cinta de Lomo al Horno
Cinta de Lombo ao Forno
- Repollo Rehogado
Repolo Rehogado
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada

Viernes

- 6** Verdura Tricolor (Brócoli, Coliflor y Zanahoria)
Verdura tricolor (Brócoli, Coliflor e Cenoria)
- Pollo Asado
Pito Asado
- Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada
- Coliflor Rehogada
Coliflor Rehogada

- 13** Merluza al Horno
Pescada ao Forno
- Ensalada Verde
Ensalada de Leituga e Millo
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada
- Alubias blancas Estofadas con Verduras (sin patata)
Fabas brancas Estofadas con Verduras
- Caballa en Aceite
Cabala en Aceite
- Ensalada de Pimientos Asados
Ensalada de Pementos Asados
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada
- Brócoli Rehogado
Brócoli Rehogado

- 20** Alubias blancas Estofadas con Verduras (sin patata)
Fabas brancas Estofadas con Verduras
- Caballa en Aceite
Cabala en Aceite
- Ensalada de Pimientos Asados
Ensalada de Pementos Asados
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada
- Brócoli Rehogado
Brócoli Rehogado

- 27** Merluza al Horno
Pescada ao Forno
- Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
- Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
- Froita de Tempada

Lunes

- 2** Coliflor Rehogada
Coliflor Rehogada

- Pollo en Salsa
Pito en Salsa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada
- 9** Crema de Calabaza y Zanahoria (Sin Patata)
Crema de Cabaza e Cenoria

- Pollo Asado
Pito Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada
- 16** Brócoli Salteado
Brócoli Salteado

- Ragut de Ternera Asada
Ragut de Tenreira Asada
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada
- 23** Crema de Calabacín y Zanahoria (Sin Patata)
Crema de Cabaciña e Cenoria
Lomo Asado
Lombo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada
- Champiñones Rehogados
Champiñóns con Patacas

- 30** Pollo al Ajillo
Pito ao Allo
Ensalada Verde
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada

Martes

- 3** Judías Verdes Rehogadas con Ajo
Xudías Verdes Rehogadas con Allo

- Bienmesabe Adobado
Bienmesabe Adobado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada
- 10** Verdura Tricolor (Brócoli, Coliflor y Zanahoria)
Verdura tricolor (Brócoli, Coliflor e Cenoria)
Ragut de Ternera Asada
Ragut de Tenreira Asada
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada
- 17** Salteado de Verduras (Zanahoria, Calabacín, Puerro)
Salteado de Verduras
Bacalao al Horno
Bacallau ao Forno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada
- 24** Judías Verdes Rehogadas con Ajo
Xudías Verdes Rehogadas con Allo

- Pollo Asado
Pito Asado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Ensalada de Leituga e Cenoria
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada
- 31** Salteado de Verduras (Zanahoria, Calabacín, Puerro)
Salteado de Verduras
Bacalao al Horno
Bacallau ao Forno
Pimientos Asados
Pementos Asados
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada

Miércoles

- 4** Crema de Calabacín y Zanahoria (Sin Patata)
Crema de Cabaciña e Cenoria

- Cinta de Lomo al Horno
Cinta de Lombo ao Forno
Pimientos Asados
Pementos Asados
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada
- 11** Champiñones Rehogados
Champiñóns con Patacas

- Cinta de Lomo al Horno
Cinta de Lombo ao Forno
Repollo Rehogado
Repolo Rehogado
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada
- 18** Crema de Calabaza y Zanahoria (Sin Patata)
Crema de Cabaza e Cenoria
Pollo en Salsa
Pito en Salsa
Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada
- 25** Salteado de Verduras (Zanahoria, Calabacín, Puerro)
Salteado de Verduras
Merluza en Salsa Verde
Pescada en Salsa Verde
Ensalada Verde
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada

Jueves

- 5** Garbanzos Estofados (Sin Chorizo)
Garavanzos Estofados sen Chourizo

- Merluza en Papillote
Pescada en Papillote
Verduras Asadas
Verduras Asadas
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada
- 12**

-  **FESTIVO**

- 19** Coliflor Rehogada
Coliflor Rehogada

- Lomo Asado
Lombo Asado
Ensalada de Lechuga y Tomate
Ensalada de Leituga e Tomate
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada
- 26** Acelgas con Zanahoria
Acelga con Cenoria

- Cinta de Lomo al Horno
Cinta de Lombo ao Forno
Repollo Rehogado
Repolo Rehogado
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada

Viernes

- 6** Verdura Tricolor (Brócoli, Coliflor y Zanahoria)
Verdura tricolor (Brócoli, Coliflor e Cenoria)
Pollo Asado
Pito Asado
Calabacín Asado
Cabaciña Asada
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada
- 13** Coliflor Rehogada
Coliflor Rehogada

- Merluza al Horno
Pescada ao Forno
Ensalada Verde
Ensalada de Leituga e Millo
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada
- 20** Alubias blancas Estofadas con Verduras (sin patata)
Fabas brancas Estofadas con Verduras
Caballa en Aceite
Cabala en Aceite
Ensalada de Pimientos Asados
Ensalada de Pementos Asados
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada
- 27** Brócoli Rehogado
Brócoli Rehogado

- Merluza al Horno
Pescada ao Forno
Zanahorias Rehogadas
Cenorias Rehogadas
Fruta de Temporada (No ciruela, No naranja)
Froita de Tempada