

MENÚ OCTUBRE 2020

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1-2 OCTUBRE				Ensalada campestre con huevo y aceitunas Arroz con huevo frito y tomate Gelatina	Sopa de letras Croquetas de bacalao + menestra de verduras salteada Yogur de sabores
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
5-9 OCTUBRE	Croquetas Pollo guisado con fideos Yogur de sabores	Sopa de letras Huevos rellenos de atún y mayonesa con patata cocida Gelatina	Ensalada marinera con gambas y palitos de cangrejo Ternera asada con arroz Natillas	Empanada Chocos guisados con patata y guisantes Macedonia	Sopa Juliana Pasta boloñesa Yogur de sabores
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
12-16 OCTUBRE	FESTIVO	Crema de zanahoria Varitas de merluza con patata al vapor Yogur de sabores	Ensaladilla Pechuga de pollo a la plancha con patata frita Gelatina	Sopa maravilla Milanesa de cerdo con arroz blanco y tomate Yogur de sabores	Garbanzos con espinacas Lomos de merluza al horno con patata asada Flan
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
19-23 OCTUBRE	Crema de verduras Pasta cocida con atún y tomate Natillas	Ensalada completa con atún y huevo Pechuga de pavo al horno y puré de patata Macedonia	Sopa de letras Calamares a la romana con patata al vapor Yogur de sabores	Ensaladilla Ternera estofada con patata Fruta de temporada	Sopa maravilla Empanada Yogur de sabores
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
26-30 OCTUBRE	Sopa de fideos Albóndigas con patatas Yogur	Arroz con verduras Lomos de bacalao a la plancha con ensalada Flan	Pizza de jamón york y queso Jamón asado con patata frita Fruta de temporada	Lentejas vegetales Merluza a la gallega con patata al vapor Yogur de sabores	Crema de verduras Salchichas a la plancha con arroz y tomate Macedonia

Servido por:

BAR • RESTAURANTE

As Brasas



- BANQUETES
- CATERINGS
- COMIDA PARA LLEVAR
- CERDOS AO ESPETO
- ALQUILER DE CHIRINGUITO MÓVIL

Tel. 986 61 09 66 SAN MIGUEL DE TABAGÓN
Móvil: 609 34 90 80 36740 O ROSAL
asbrasas@hotmail.com (Pontevedra)

Nutricionista:



Maria Cadilla Martínez
DIETISTA

FAJAR

986 61 07 62
679 39 55 42
meruyino@hotmail.es

Transv. Brasil, n.º 1
36780 A Guarda