arelascatering
Grupo AF Servicios de Hostelería

Mes: **OUTUBRO**

BASAL

	Luns		Martes		Mércores		Xoves		Venres	
			01 octubre	Suxerencias de Cea	**02 octubre**	Suxerencias de Cea	**03 octubre**	Suxerencias de Cea	**04 octubre**	Suxerencias de Cea
1ª Semana			ENSALADA MEDITERRANEA	FERVIDO DE VERDURAS	CREMA VEXETAL	ENSALADA VARIADA	SOPA DE FIDEOS	PIPIPARRA (TOMATE, PEMENTO E COGOMBRO)	CHÍCHAROS CON XAMÓN	ENSALADA DE PATACA
			PESCADA EN SALSA CON PATACA	HAMBURGUESA DE LENTELLAS LARANXAS	FILETE Á PEMENTA CON PASTA	HAMBURGUESA VEXETAL	PESCADA Á ROMANA CON ENSALADA	TORTILLA DE PATACA	ALBÓNDEGAS CON ARROZ	TORTILLA FRANCESA
			FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
	07 octubre	Suxerencias de Cea	**08 octubre**	Suxerencias de Cea	**09 octubre**	Suxerencias de Cea	**10 octubre**	Suxerencias de Cea	**11 octubre**	Suxerencias de Cea
2ª Semana	CREMA DE CABAZA	ENSALADA	FIDEUÁ DE VERDURAS	ESPAGUETE DE CABACÍN	MINESTRA CON OVO	ENSALADA VARIADA	CREMA DE CENORIA	ENSALADA VARIADA CON MAZÁ RELADA	POTAXE DE GARAVANZOS	ENSALADA DE TOMATE E AGUACATE
	PEITUGA DE POLO CON PATACAS	REVOLTO DE OVO E TOMATE	LOMBO Á PRANCHA CON ENSALADA	REVOLTO DE OVO E ESPINACAS OU GRELOS	GUISO DE PEIXE CON PASTA	TORTILLA DE PATACA E CABACIÑA	HAMBURGUESA CON ARROZ	REVOLTO DE OVO CON CHÍCHAROS	PEIXE Á GALEGA CON VERDURA E PATACA	HAMBURGUESA VEXETAL
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
	14 octubre	Suxerencias de Cea	**15 octubre**	Suxerencias de Cea	**16 octubre**	Suxerencias de Cea	**17 octubre**	Suxerencias de Cea	**18 octubre**	Suxerencias de Cea
3ª Semana	XUDÍAS VERDES CON XAMÓN E TOMATE	ENSALADA DE TOMATE	SOPA DE POLO	ENSALADA	FABADA VEXETAL	TOMATE CON QUEIXO	ENSALADA MIXTA	CABAZA AO FORNO	FAIXIÑA DE IORK E QUEIXO	PATACAS AO POBRE
	GUISO DE CARNE CON PASTA	PEIXE CON PATACA	PEIXE AO FORNO CON VERDURIÑAS	TORTILLA PAISANA	PEITUGA EN SALSA DE CHAMPIÑÓNS CON ARROZ	COLIFLOR REBOZADA	PESCADA Á ROMANA CON PATACA	FALAFEL	RAXO O FORNO CON ARROZ E VERDURAS	TORTILLA DE QUEIXO
	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
	21 octubre	Suxerencias de Cea	**22 octubre**	Suxerencias de Cea	**23 octubre**	Suxerencias de Cea	**24 octubre**	Suxerencias de Cea	**25 octubre**	Suxerencias de Cea
4ª Semana	LENTELLAS VEXETÁIS	CHAMPIÑÓNS CON XAMÓN	ARROZ TRES DELICIAS	ENSALADA	CALDO GALEGO	ENSALADA VARIADA	ENSALADA TROPICAL	GRELLADA DE VERDURAS	CREMA DE BRECOL	ENSALADA DE TOMATE E AGUACATE
	PESCADA AO FORNO CON VERDURIÑAS E PATACA	ENSALADA DE TOMATE CON QUEIXO	PEITUGA Á PRANCHA CON ENSALADA	HAMBURGUESA DE GARAVANZOS	REVOLTO DE PASTA, OVO E CHOURIZO	FILETE DE POLO CON PATACAS	CARNE ESTUFADA CON ARROZ	LURAS CON PATACA COCIDA	MACARRÓNS CON ATÚN	MEXILLÓNS CON ARROZ
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
	28 octubre	Suxerencias de Cea	**29 octubre**	Suxerencias de Cea	**30 octubre**	Suxerencias de Cea	**31 octubre**	Suxerencias de Cea		
5ª Semana	XUDÍAS SALTEADAS	ENSALADA MIMOSA CON FROITAS	SOPA XULIANA OU COLIFLOR GRATINADA CON BECHAMEL	ENSALADA	ENSALADA MARIÑEIRA OU GREGA CON QUEIXO	ENSALADA DE TOMATE CON QUEIXO	CREMA MINESTRONE CON LEGUMES	GRELLADA DE VERDURAS		
	ARROZ MILANESA (CON CARNE)	TORTILLA FRANCESA	FIDEUÁ DE PEIXE	HAMBURGUESA DE LENTELLAS LARANXAS	SAN XACOBO CON GORNICIÓN	SOPA DE PEIXE E OVO COCIDO	POLO AO FORNO CON ENSALADA	TORTILLA DE PATACA		
	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA		