arelascatering
Grupo AF Servicios de Hostelería

NOVEMBRO 2026

BASAL

	Luns		Martes		Mércores		Xoves		Venres	
	2 de novembro	**Suxestións de cea**	**3 de novembro**	**Suxestións de cea**	**4 de novembro**	**Suxestións de cea**	**5 de novembro**	**Suxestións de cea**	**6 de novembro**	**Suxestións de cea**
2.ª SEMANA	XUDÍAS VERDES CON OVO RELADO	CREMA DE CABAZA	ENSALADA MEDITERRÁNEA CON XOUBAS OU ATÚN	SOPA DE PORRO E PATACA	SOPA DE VERDURAS DE TEMPADA CON PASTA INTEGRAL	ENSALADA DE TOMATE E CENORIA	CREMA DE VERDURAS DE OUTONO (PORRO, PATACA E CABACIÑA)	BRÓCOLI AO VAPOR	GARAVANZOS CON ESPINACAS	CREMA DE CABACIÑA
	PESCADA CON PATACA E ENSALADA	TORTILLA DE CABACIÑA CON PAN INTEGRAL	MAGRO DE PORCO CON ARROZ INTEGRAL E FABAS	REVOLTO DE OVO CON COGOMELOS	PEIXE EN SALSA	GARAVANZOS SALTEADOS CON ESPINACAS	PIZZA CASEIRA 	SALMÓN AO FORNO CON PATACA	RAXO AO FORNO CON ENSALADA	TOSTA INTEGRAL CON OVO E TOMATE
	IOGUR NATURAL SEN AZUCRE ENGADIDO	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
	9 de novembro	**Suxestións de cea**	**10 de novembro**	**Suxestións de cea**	**11 de novembro**	**Suxestións de cea**	**12 de novembro**	**Suxestións de cea**	**13 de novembro**	**Suxestións de cea**
3.ª SEMANA	CHÍCHAROS CON CENORIA BABI 	ENSALADA DE LEITUGA E PEPINO	ENSALADA MIXTA CON OVO E XOUBAS	CREMA DE CENORIA	LENTELLAS VEXETAIS	COLIFLOR AO VAPOR	ARROZ INTEGRAL TRES DELICIAS	ENSALADA DE TOMATE E AGUACATE	CREMA DE CABAZA (TEMPORADA)	SOPA DE VERDURAS CON ARROZ
	PAVO Á CAZADORA CON ENSALADA	XURELO AO FORNO CON PATACA	PASTA INTEGRAL CON ATÚN	FABAS BRANCAS CON CABAZA	PEITUGA CON ENSALADA	TORTILLA DE PATACA E CEBOLA	CASTAÑETA AO FORNO CON ENSALADA	HAMBURGUESA CASEIRA DE LENTELLAS	LOMBO Á NAPOLITANA CON PATACA	BACALLAU AO FORNO CON CABACIÑA
	FROITA	FROITA	IOGUR NATURAL SEN AZUCRE ENGADIDO	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
	16 de novembro	**Suxestións de cea**	**17 de novembro**	**Suxestións de cea**	**18 de novembro**	**Suxestións de cea**	**19 de novembro**	**Suxestións de cea**	**20 de novembro**	**Suxestións de cea**
4.ª SEMANA	SOPA HORTELANA CON PATACA	ENSALADA DE CENORIA E MILLO	ENSALADA MARIÑEIRA CON PEIXE	CREMA DE CABAZA E PORRO	FABAS ESTUFADAS CON CABAZA	ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE	REVOLTO DE OVO CON XUDÍAS	CREMA DE CHÍCHAROS	PAELLA DE VERDURAS	VERDURAS AO FORNO
	PEIXE CON ENSALADA 	OVOS AO FORNO CON ESPINACAS	PASTA INTEGRAL CON BOLOÑESA DE POLO OU PAVO	TOSTA INTEGRAL DE HUMMUS E PEMENTO	RAXO CON ENSALADA	TROITA AO FORNO CON PATACA	GUISO DE TENREIRA CON VERDURAS	CUSCÚS INTEGRAL CON CABACIÑA E CENORIA	PEIXE CON ENSALADA	TORTILLA DE ESPÁRRAGOS CON PAN INTEGRAL
	FROITA	FROITA		FROITA	IOGUR NATURAL SEN AZUCRE ENGADIDO	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA
	23 de novembro	**Suxestións de cea**	**24 de novembro**	**Suxestións de cea**	**25 de novembro**	**Suxestións de cea**	**26 de novembro**	**Suxestións de cea**	**27 de novembro**	**Suxestións de cea**
5.ª SEMANA	MINESTRA SALTEADA	SOPA DE FIDEOS INTEGRAIS	PASTA INTEGRAL DE VERDURAS CON CABACIÑA	ENSALADA DE CENORIA E PEPINO	ENSALADA VARIADA	CREMA DE COLIFLOR	CREMA MINESTRONE DE LEGUMES	ENSALADA DE TOMATE E MILLO	XUDÍAS CON OVO	CREMA DE CENORIA E CABACIÑA
	ARROZ INTEGRAL Á MILANESA	SARDIÑAS AO FORNO CON TOMATE	PESCADA AO FORNO CON ENSALADA	REVOLTO DE OVO CON BRÓCOLI	POLO ASADO CON PATACAS	TOSTA INTEGRAL DE ATÚN E PEMENTO	 PESCADA CON ENSALADA	TORTILLA DE BERENXENA CON PAN INTEGRAL	LENTELLAS COMPLETAS	ARROZ INTEGRAL CON GARAVANZOS
	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR NATURAL SEN AZUCRE ENGADIDO	FROITA	FROITA	FROITA
	30 de novembro	**Suxestións de cea**								
6.ª SEMANA	CROISSANT RECHEO	ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA								
	FIDEUÁ DE VERDURIÑAS CON PEIXE	OVOS COCIDOS CON PATACA E XUDÍAS								
	FROITA	FROITA								



BIENVENIDO NOVIEMBRE



Auga como bebida. Pan integral, polo menos, dúas veces por semana. Racións segundo idade e necesidades.

Ana Isabel Fernández Escuredo · GA.00117