



MENÚ SETEMBRO

LUNS	11	MARTES	12	MÉRCORES	13	XOVES	14	VENRES	15
Ensalada: tomate, leituga, ceboleta, queixo fresco, olivas.		Melón con Xamón		Crema verduras		Empanada de atún		Ensalada de cenoura, leituga, cebola, millo,	
Raxo con patatas		Peixe de lonxa do día.		Tortilla patatas con ensalada mixta		Peixe de lonxa do día con ensalada		Lasaña de carne (tenreira e porco á boloñesa).	
Froita		Froita		Lacteo		Froita		Lacteo	
Pan		Pan		Pan		Pan		Pan	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNS	18	MARTES	19	MÉRCORES	20	XOVES	21	VENRES	22
Lentellas vexetais.		Alubias á vinagreta		Crema de verdura de tempada.		Chícharos con xamón.		Sopa con fideos.	
Hamburguesa completa.		Peixe de lonxa do día.		Arroz con polo.		Anilla de lura e ensalada de leituga, tomate e ceboleta.		Guiso de tenreira	
Froita.		Froita.		Lacteo		Froita.		Lacteo	
Pan		Pan		Pan		Pan		Pan	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNS	25	MARTES	26	MÉRCORES	27	XOVES	28	VENRES	29
Macarróns con tomate		Crema de verdura de tempada.		Potaxe de garavanzos		Ensaladilla rusa		Xudías con xamón	
Tortilla de patacas con ensalada		Peixe de lonxa do día.		Milanesa de porco con ensalada.		Peixe de lonxa do día.		Ovos escalfados con arroz e salsa de tomate.	
Froita.		Froita.		Lacteo		Froita.		Lacteo	
Pan		Pan		Pan		Pan		Pan	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	



CONTIENE GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LÁCTEOS



FRUTOS DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



GRANOS DE SÉSAMO



DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS



MOLUSCOS



ALTRAMUCES

GRUPOS DE ALÉRGENOS Reglamento (UE) N° 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo



LUNS	2	MARTES	3	MÉRCORES	4	XOVES	5	VENNES	6
Lentellas vexetais.		Brócoli gratinado		Sopa fideos		Crema de verduras de tempada.		Ensalada de garavanzos	
Espaguetis boloñesa		Peixe de lonxa do día.		Milanesa de polo con ensalada		Peixe de lonxa do día.		Tortilla de patacas con ensalada.	
Froita.		Froita.		Lacteo		Froita.		Lacteo	
Pan		Pan		Pan		Pan		Pan	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
Menestra de verduras		Sopa de verduras.		Caldo galego					
Carne asada con patacas asadas		Lasaña de atún.		Croquetas e empanadillas con ensalada.					
Froita.		Froita.		Lacteo					
Pan		Pan		Pan					
Auga		Auga		Auga					
LUNES	16	MARTES	17	MIÉRCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES	20
Ensalada completa		Lentellas vexetais.		Chícharos con xamón.		Callos		Ensalada completa.	
Milanesa de porco con patacas ao forno		Peixe de lonxa do día.		Macarróns á boloñesa		Peixe de lonxa do día.		Carne asada con patacas ao forno	
Froita.		Froita.		Lacteos		Froita.		Lacteos	
Pan		Pan		Pan		Pan		Pan	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNES	23	MARTES	24	MIÉRCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
Lentellas vexetais		Coliflor gratinada.		Sopa de fideos.		Potaxe de verduras.		Ensalada de leituga, tomate, cenoura e millo.	
Empanada de atún		Peixe de lonxa do día.		Polo asado ao forno con ensalada		Luras fritos con ensalada.		Raxo con patacas	
Froita.		Froita.		Lacteos		Froita.		Lacteos	
Pan		Pan		Pan		Pan		Pan	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	



CONTIENE GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LÁCTEOS



FRUTOS DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



GRANOS DE SÉSAMO



DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS



MOLUSCOS



ALTRAMUCES



LUNES	30	MARTES	31	MIÉRCOLES	1	JUEVES	2	VIERNES	3
Crema verduras de tempada.		Ensalada completa				Lentellas vexetais.		Sopa de fideos.	
Espaguettis con carne		Arroz mariñeiro				Peixe de lonxa do dia.		Hamburguesa.	
Froita.		Froita.				Froita.		Lacteos	
Pan		Pan				Pan		Pan	
Auga		Auga				Auga		Auga	
LUNES	6	MARTES	7	MIÉRCOLES	8	JUEVES	9	VIERNES	10
Ensalada mixta.		Crema de verduras de tempada.		Caldo galego.		Xudías con xamón		Ensalada completa	
Tortilla de patacas con croquetas		Peixe de lonxa do dia.		Milanesa de tenreira con ensalada.		Peixe de lonxa do dia.		Lasaña de atún.	
Froita.		Froita.		Lacteo		Froita.		Lacteo	
Pan		Pan		Pan		Pan		Pan	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNES	13	MARTES	14	MIÉRCOLES	15	JUEVES	16	VIERNES	17
Sopa de fideos		Callos		Brócoli gratinado		Caldo galego		Crema de cabaza.	
Raxo c/ patacas.		Peixe de lonxa do dia.		Croquetas, empanadillas con ensalada.		Peixe de lonxa do dia.		Polo ao forno con patacas asadas	
Froita.		Froita.		Lacteo		Froita.		Lacteo	
Pan		Pan		Pan		Pan		Pan	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNES	20	MARTES	21	MIÉRCOLES	22	JUEVES	23	VIERNES	24
Lentellas vexetais.		Sopa de verduras.		Caldo galego		Crema de verduras de tempada.		Sopa de fideos	
Guiso de tenreira.		Peixe de lonxa do dia.		Milanesa de polo.		Peixe de lonxa do dia.		Lomo de porco asado con arroz e verduras.	
Froita.		Froita.		Lacteo		Froita.		Lacteo	
Pan		Pan		Pan		Pan		Pan	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	



CONTIENE GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LÁCTEOS



FRUTOS DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



GRANOS DE SÉSAMO



DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS



MOLUSCOS



ALTRAMUCES



LUNES	27	MARTES	28	MIÉRCOLES	29	JUEVES	30	VIERNES	1
Ensalada de leituga, tomate, queixo fresco e olivas		Empanada		Brecol gratinado		Arroz tres delicias		Caldo galego.	
Milanesa de porco con patacas		Peixe de lonxa do día.		Espagueti con carne		Peixe de lonxa do día.		Filete ruso con ensalada	
Froita.		Froita.		Lacteo		Froita.		Lacteo	
Pan		Pan		Pan		Pan		Pan	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNES	4	MARTES	5	MIÉRCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8
Lentellas vexetais.		Xudias con ovos							
Guiso de terneira		Peixe de lonxa							
Froita		Froita							
Pan		Pan							
Auga		Auga							
LUNES	11	MARTES	12	MIÉRCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15
Sopa de fideo.		Brócoli gratinado		Crema de verduras de tempada.		Potaxe de garavanzos e espinaca		Caldo galego.	
Raxo c/ patacas.		Peixe de lonxa do día.		Arroz á cubana		Peixe de lonxa do día.		Tortilla de patacas con ensalada	
Froita.		Froita.		Lacteo		Froita.		Lacteo	
Pan		Pan		Pan		Pan		Pan	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNES	18	MARTES	19	MIÉRCOLES	20	JUEVES	21	VIERNES	22
Menestra de verduras		Fabada		Crema de verduras de tempada.		Sopa de marisco			
Ovos á flamenca (con chicharos, patacas e cebola)		Peixe de lonxa do día.		Macarróns con chourizo e tomate		Hamburguesa completa			
Froita.		Froita.		Lacteo		Postre nadal (turrón, polvoróns e panetone)			
Pan		Pan		Pan		Pan			
Auga		Auga		Auga		Auga			



CONTIENE GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LÁCTEOS



FRUTOS DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



GRANOS DE SÉSAMO



DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS































MOLUSCOS



ALTRAMUCES



LUNES	8	MARTES	9	MIÉRCOLES	10	JUEVES	11	VIERNES	12
Lentellas vexetais.		Coliflor gratinada.  		Ensalada completa 		Xudias con xamón e tomate		Sopa de fideos.  	
Lasaña de atún.   		Peixe de lonxa do día.   		Polo asado con patacas ao forno		Peixe de lonxa do día.   		Hamburguesa.    	
Froita.		Froita.		Lacteo 		Froita		Lacteo 	
Pan 		Pan 		Pan 		Pan 		Pan 	
Auga		Auga						Auga	
LUNES	15	MARTES	16	MIÉRCOLES	17	JUEVES	18	VIERNES	19
Menestra de verduras. 		Brócoli gratinado  		Crema verduras de tempada. 		Fabada 		Sopa de fideo.  	
Ovos á flamenca (con chícharos, patacas e cebola) 		Peixe de lonxa do día.   		Arroz con polo		Peixe de lonxa do día.   		Guiso de terneira	
Froita.		Froita.		Lacteo 		Froita.		Lacteo 	
Pan 		Pan 		Pan 		Pan 		Pan 	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNES	22	MARTES	23	MIÉRCOLES	24	JUEVES	25	VIERNES	26
Empanada.    		Caldo de repolo.		Crema de verduras de tempada. 		Callos 		Ensalada mixta.   	
Raxo con patacas.		Peixe de lonxa do día.   		Arroz á cubana 		Peixe de lonxa do día.   		Milanesa de polo con patacas  	
Froita.		Froita.		Lacteo 		Froita.		Lacteo 	
Pan 		Pan 		Pan 		Pan 		Pan 	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNES	29	MARTES	30	MIÉRCOLES	31	JUEVES	1	VIERNES	2
Sopa de fideo.  		Coliflor gratinada  		Arroz tres delicias.   		Crema de verduras de tempada. 		Ensalada completa   	
Tortilla de patacas con croquetas 		Peixe de lonxa do día.   		Espaguetis con carne e tomate 		Peixe de lonxa do día.   		Polo asado con patacas ao forno	
Froita.		Froita.		Lacteo 		Froita.		Lacteo 	
Pan 		Pan 		Pan 		Pan 		Pan 	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	



CONTIENE
GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LÁCTEOS



FRUTOS
DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



GRANOS
DE SÉSAMO



DIÓXIDO DE AZUFRE
Y SULFITOS











































MOLUSCOS



ALTRAMUCES



MENÚ FEBREIRO

LUNS	5	MARTES	6	MÉRCORES	7	XOVES	8	VENRES	9
Lentellas vexetais.		Empanada  		Caldo de grelos		Brécol gratinado  		Sopa de cocido	
Hamburguesa completa   		Peixe de lonxa do dia.   		Milanesa de porco.  		Peixe de lonxa do dia.   		Cocido(patata, chourizo, costel a garavanzos e verdura)	
Froita.		Froita.		Lacteo 		Froita.		Postre entroido    orellas e rosquillas	
Pan 		Pan 		Pan 		Pan 		Pan 	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNS	12	MARTES	13	MÉRCORES	14	XOVES	15	VENRES	16
						Crema de verduras de tempada. 		Sopa de fideo.  	
						Peixe de lonxa do dia.   		Guiso de terneira	
						Froita.		Lacteo 	
						Pan 		Pan 	
						Auga		Auga	
LUNS	19	MARTES	20	MÉRCORES	21	XOVES	22	VENRES	23
Xudias con xamón		Fabada 		Caldo de grelos		Coliflor gratinada.  		Lentellas vexetais.	
Arroz á cubana 		Peixe de lonxa do dia.   		Milanesa de polo  		Peixe de lonxa do dia.   		Tortilla de patata con ensalada. 	
Froita.		Froita.		Lacteo 		Froita.		Lacteo 	
Pan 		Pan 		Pan 		Pan 		Pan 	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNS	26	MARTES	27	MÉRCORES	28	XOVES	29	VENRES	1
Ensalada completa  		Xudías con allada e ovo 		Callos 		Crema de verduras de tempada. 		Ensalada de leituga, tomate, cenoura, millo e olivas 	
Lasaña de atún.   		Peixe de lonxa do dia.   		Tortilla francesa con queixo e xamón con ensalada mixta  		Peixe de lonxa do dia.   		Polo asado con patatas ao forno	
Froita.		Froita.		Lacteo 		Froita.		Lacteo 	
Pan 		Pan 		Pan 		Pan 		Pan 	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	



CONTIENE
GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LÁCTEOS



FRUTOS
DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



GRANOS
DE SÉSAMO



DIÓXIDO DE AZUFRE
Y SULFITOS



MOLUSCOS



ALTRAMUCES



LUNS	4	MARTES	5	MÉRCORES	6	XOVES	7	VENRES	8
Sopa de verduras.		Caldo galego		Potaxe de garabanzos		Macarróns con tomate gratinados	 	Crema de verduras.	
Guiso de carne		Peixe de lonxa do día.	 	Polo asado con ensalada mixta		Peixe de lonxa do día con ensalada de tomate	 	Arroz á cubana	
Froita.		Froita.		Lacteo		Froita.		Lacteo	
Pan		Pan		Pan		Pan		Pan	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNS	11	MARTES	12	MÉRCORES	13	XOVES	14	VENRES	15
Lentellas vexetais.		Crema de verduras		Empanada	 	Coliflor gratinada.	 	Fabada	
Carne asada con patacas.		Arroz mariñeiro.	 	Lombo de porco asado con ensalada mixta		Peixe de lonxa do día.	 	Tortilla de pataca con ensalada.	
Froita.		Froita.		Lacteo		Froita.		Lacteo	
Pan		Pan		Pan		Pan		Pan	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNS	18	MARTES	19	MÉRCORES	20	XOVES	21	VENRES	22
Xudias á galega		Brecol gratinado	 	Sopa de fideo.	 	Crema de verduras.		Lentellas vexetais.	
Macarrones con chorizo.	 	Peixe de lonxa do día.	 	Milanesa de polo con patacas.	 	Lasagna de atún	 	Hamburguesa	
Froita.		Froita.		Lacteo		Froita.		Lacteo	
Pan		Pan		Pan		Pan		Pan	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	



CONTIENE
GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LÁCTEOS



FRUTOS
DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



GRANOS
DE SÉSAMO



DIÓXIDO DE AZUFRE
Y SULFITOS



MOLUSCOS



ALTRAMUCES

GRUPOS DE ALÉRGENOS Reglamento (UE) N° 1169/2011 del Parlamento Europeo.



ABRIL

LUNS	1	MARTES	2	MÉRCORES	3	XOVES	4	VENRES	5
		Fabada		Chícharos con xamón serrano		Espagueti boloñesa		Crema de verduras de tempada	
		Peixe de lonxa		Hamburguesa.		Peixe de lonxa.		Arroz con polo.	
		Froita.		Lacteo		Froita.		Lacteo	
		Pan		Pan		Pan		Pan	
		Agua		Agua		Agua		Agua	
LUNS	8	MARTES	9	MÉRCORES	10	XOVES	11	VENRES	12
	Sopa de fideo.	Arroz tres delicias		Crema de verduras.		Lentellas vexetais.		Caldo galego	
	Ternera guisada.	Peixe de lonxa do día.		Tortilla de patacas con ensalada mixta		Peixe de lonxa do día.		Milanesa de polo	
	Froita.	Froita.		Lacteo		Froita.		Lacteo	
	Pan	Pan		Pan		Pan		Pan	
	Agua	Agua		Agua		Agua		Agua	
LUNS	15	MARTES	16	MÉRCORES	17	XOVES	18	VENRES	19
	Xudías con allada	Crema de verduras de tempada.		Callos		Brecol gratinado		Macarróns boloñesa	
	Arroz á cubana	Peixe de lonxa do día		Tortilla de xamón e queixo con ensalada.		Luras fritidas con ensalada.		Ovos escalfados con arroz e salsa de tomate	
	Froita.	Froita.		Lacteo		Froita.		Lacteo	
	Pan	Pan		Pan		Pan		Pan	
	Agua	Agua		Agua		Agua		Agua	
LUNS	22	MARTES	23	MÉRCORES	24	XOVES	25	VENRES	26
	Lentellas vexetais.	Sopa de fideo.		Crema verduras tempada		Coliflor gratinada.		Caldo de grelos	
	Raxo con patacas	Peixe de lonxa do día.		Arroz a la cubana.		Peixe de lonxa do día.		Milanesa de porco.	
	Froita.	Froita.		Lacteo		Froita.		Lacteo	
	Pan	Pan		Pan		Pan		Pan	
	Auga	Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNS	29	MARTES	30	MÉRCORES	1	XOVES	2	VENRES	3
	Chícharos con xamón serrano.	Crema de verduras de tempada				Coliflor gratinada.		Sopa de fideo.	
	Tortilla de patacas con ensalada mixta	Lasaña de atún.				Peixe de lonxa do día.		Carne asada con patacas.	
	Froita.	Froita.				Froita.		Lacteo	
	Pan	Pan				Pan		Pan	
	Auga	Auga				Auga		Auga	



CONTIENE GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LÁCTEOS



FRUTOS DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



GRANOS DE SÉSAMO



DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS



MOLUSCOS



ALTRAMUCES



LUNS	6	MARTES	7	MÉRCORES	8	XOVES	9	VENRES	10
Espaguetis boloñesa		Lentellas con chourizo.		Brecol gratinado		Melón con xamón		Ensaladilla	
Tortilla de xamón e queixo con ensalada mixta.		Espaguetis con atún		Arroz tres delicias		Peixe de lonxa do día.		Polo asado con tomate asado	
Froita		Froita.		Lacteo		Froita.		Iogur	
Pan		Pan		Pan		Pan		Pan	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNS	13	MARTES	14	MÉRCORES	15	XOVES	16	VENRES	17
Alubias á vinagreta		Sopa de fideos		Crema de verduras		Menestra de verduras.			
Hamburguesa		Peixe do día.		Macarróns con carne		Lasagna de atún			
Froita.		Froita.		Lacteo		Froita.			
Pan		Pan		Pan		Pan			
Auga		Auga		Auga		Auga			
LUNS	20	MARTES	21	MÉRCORES	22	XOVES	23	VENRES	24
		Ensalada de pasta		Xudias con xamón		Crema de verduras de tempada		Ensalada de leituga, tomate, cenoura, millo e olivas	
		Peixe de lonxa do día.		Milanesa de porco con ensalada mixta		Espaguetis con atún		Carne asada con patacas ao forno	
		Froita.		Lacteo		Froita.		Lacteo	
		Pan		Pan		Pan		Pan	
		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNS	25	MARTES	26	MÉRCORES	27	XOVES	28	VENRES	29
Xudias con ovo		Crema de verduras de tempada		Brecol gratinado		Ensaladilla.		Sopa de fideos	
Raxo con patacas.		Arroz mariñeiro		Tortilla de patacas con ensalada		Peixe de lonxa de día		Carne asada con patacas	
Froita.		Froita.		Lacteo		Froita.		Lacteo	
Pan		Pan		Pan		Pan		Pan	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNS	29	MARTES	30	MÉRCORES	31				
Melón con xamón		Espagueti napolitana		Crema de verdura.					
Milanesa de polo con patacas		Peixe de lonxa do día		Arroz á cubana					
Froita.		Froita.		Lacteo					
Pan		Pan		Pan					
Auga		Auga		Auga					



CONTIENE
GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LÁCTEOS



FRUTOS
DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



GRANOS
DE SÉSAMO



E-X
DIÓXIDO DE AZUFRE
Y SULFITOS



MOLUSCOS



ALTRAMUCES



LUNS	3	MARTES	4	MÉRCORES	5	XOVES	6	VENRES	7
Ensalada completa		Melón con xamón.		Crema de verduras.		Ensalada de pasta		Ensalada de leituga, tomate, cenoura, queixo fresco e millo	
Raxo con patacas		Luras fritidas con ensalada.		Tortilla de pataca con tomate e olivas.		Peixe fresco de lonxa con ensalada		Polo asado con tomate asado	
Froita		Froita.		lacteo		Froita		Lacteo	
Pan		Pan		Pan		Pan		Pan	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNS	10	MARTES	11	MÉRCORES	12	XOVES	13	VENRES	14
Ensalada completa		Ovos recheos		Crema de cenoria.		Ensaladilla		Sopa de fideos	
Carne asada con puré de pataca		Arroz mariñeiro.		Tortilla de patacas con croquetas		Peixe fresco de lonxa.		Milanesa de porco con ensalada.	
Froita		Froita		lacteo		Froita		Lacteo	
Pan		Pan		Pan		Pan		Pan	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNS	17	MARTES	18	MÉRCORES	19	XOVES	20	VENRES	21
Alubias á vinagreta		Empanada de atún.		Arroz tres delicias		Ensalada de leituga, tomate, cenoura, millo e olivas		Menú festa: Pizza	
Tenreira guisada.		Peixe fresco de lonxa.		Milanesa de polo con ensalada		Macarróns con atún		Hamburguesa.	
Froita		Froita		Lacteo		Froita		Xeado	
Pan		Pan		Pan		Pan		Pan	
Auga		Auga		Auga		Auga		Auga	
LUNS	19								



CONTIENE
GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LÁCTEOS



FRUTOS
DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



GRANOS
DE SÉSAMO



E-X
DIÓXIDO DE AZUFRE
Y SULFITOS



MOLUSCOS



ALTRAMUCES