



CURSO 2023 – 2024
MES DE XANEIRO DE 2024

Luns 8	Sopa de fideos ^{1,12} Ovos, sardiñas, patacas e xudías ^{3,4} Froita	Venres 19 -	Potaxe de garavanzos con espinacas ¹² Peixe con ensalada ⁴ Iogur ⁷
Martes 9	Crema de cabaza ¹² Pito guisado con patacas, cenorias e chícharos Iogur ⁷	Luns 22	Sopa de fideos ^{1,12} Tiras de pito con brócoli e patacas ^{1,3} Froita
Mércores 10	Caldo galego de verzas ¹² Milanesa de lombo de porco con patacas fritidas ^{1,3} Froita	Martes 23	Lentellas con verduras ¹² Tortilla de patacas con ensalada ³ Froita
Xoves 11	Crema de cenorias ¹² Spaghetti boloñesa con queixo raiado ^{1,7} Froita	Mércores 24-	Crema de cenorias ¹² Tenreira guisada con arroz e chícharos Xelatina
Venres 12	Lentellas con verduras ¹² Luras á romana con ensalada ^{1,3,4} Froita	Xoves 25	Minestra de verduras ¹² Pizza napolitana con olivas e xamón York ^{1,7,12} Froita
Luns 15	Sopa de estrelas ^{1,12} Hamburguesas patacas cocidas ¹² Froita	Venres 26	Caldo galego de repolo ¹² Peixe en salsa verde con patacas cocidas ⁴ Flan ^{3,7}
Martes 16	Puré de verduras ¹² Macarróns con atún ^{1,4} Froita	Luns 29	Sopa de estrelas ¹² Ovos, chourizos, patacas e verdura ^{3,12} Froita
Mércores 17	Potaxe de fabas con verduras ¹² Ovos fritos con arroz e tomate ³ Xelatina	Martes 30	Puré de espinacas ¹² Tallaríns boloñesa con queixo raiado ^{1,7} Iogur ⁷
Xoves 18	Crema de cabaza ¹² Zorza con patacas cocidas ¹² Froita	Mércores 31	Potaxe de fabas con verduras ¹² Empanada de atún ^{1,4} Arroz con leite ⁷

- As referencias numéricas correspóndese cos alérxenos que poden estar presentes en cada un dos platos do menú. Pódese atopar a relación de alérxenos na páxina seguinte.
- Este menú pode sufrir modificacións en función de imprevistos: dispoñibilidade dos provedores, organizacion de cociña....

Vº e Prace
A Directora

Asdo.- Carla Cerqueira Oliveira



A encarga do comedor

Asdo.- Amalia Rodríguez González

1**Cereales que contengan gluten**

Trigo, centeno, cebada, avena, espelta, kamut o sus variedades híbridas y productos derivados. En este punto quedan excluidos los jarabes de glucosa a base de trigo, incluida la dextrosa; las maltodextrinas a base de trigo; los jarabes de glucosa a base de cebada; y los cereales que se utilizan para hacer destilados alcohólicos, incluido el alcohol etílico de origen agrícola.

2**Crustáceos y productos a base de crustáceos**

Todos los productos que puedan contener mariscos incluso en trazas.

3**Huevos y productos a base de huevo**

Productos que pueden contener huevo, incluso en trazas.

4**Pescado y productos a base de pescado**

Salvo gelatina de pescado utilizada como soporte de vitaminas o preparados de carotenoides y gelatina de pescado o ictiocola utilizada como clarificante en la cerveza y el vino.

5**Cacahuets y productos a base de cacahuets**

Todos los productos que contengan maní o también pueden contener trazas de cacahuets...

6**Soja y productos a base de soja**

Aunque no habrá que informar si contienen aceite y grasa de semilla de soja totalmente refinados; tocoferoles naturales mezclados (E306), d-alfa tocoferol natural, acetato de d-alfa tocoferol natural y succinato de d-alfa tocoferol natural derivados de la soja; fitosteroles y ésteres de fitosterol derivados de aceites vegetales de soja; o ésteres de fitostanol derivados de fitosteroles de aceite de semilla de soja.

7**Leche y sus derivados**

Este punto incluye la lactosa, pero no el lactosuero utilizado para hacer destilados alcohólicos ni el lactitol.

8**Frutos de cáscara**

Almendras, avellanas, nueces, anacardos, pacanas, nueces de Brasil, alféncigos, nueces macadamia o nueces de Australia y productos derivados.

9**Apio y productos derivados****10****Mostaza y productos derivados**

Todos los productos que puedan contener trazas de mostaza.

11**Granos de sésamo y productos a base de granos de sésamo**

Todos los productos que puedan contener trazas de sésamo.

12**Dióxido de azufre y sulfitos**

En concentraciones superiores a 10 mg/kg o 10 mg/litro en términos de SO₂ total, para los productos listos para el consumo o reconstituidos conforme a las instrucciones del fabricante.

13**Altramuces y productos a base de altramuces**

Todos los productos que puedan contener trazas de altramuces.

14**Moluscos y productos a base de moluscos**

Todos los productos que puedan contener trazas de mariscos