

CEIP INSUA BERMÚDEZ		MENÚ NOVEMBRO		CURSO 2020/21
LUNS 2	MARTES 3	MÉRCORES 4	XOVES 5	VENRES 6
<p>1º COLIFLOR Á ALLADA.</p> <p>2º ARROZ CON CARNE E VERDURAS.</p> <p>FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>	<p>1º CREMA DE VERDURAS.</p> <p>2º TORTILLA CON ENSALADA DE TOMATE.</p> <p>IOGUR/FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>	<p>1º ENSALADA DE PASTA.</p> <p>2º LIRIO CON ENSALADA DE LEITUGA.</p> <p>FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>	<p>1º ENSALADA MIXTA.</p> <p>2º LOMO ADOBADO CON PATACAS FRITIDAS.</p> <p>PIÑA/MELOCOTÓN EN ZUME.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>	<p>1º MEXILLÓNS EN SALPICÓN.</p> <p>2º POTAXE DE GARAVANZOS.</p> <p>FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>
LUNS 9	MARTES 10	MÉRCORES 11	XOVES 12	VENRES 13
<p>1º LENTELLAS.</p> <p>2º MILANESA CON TOMATE.</p> <p>FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>	<p>1º MENESTRA DE VERDURAS.</p> <p>2º PESCADA EN SALSA CON PATACA COCIDA.</p> <p>IOGUR/ FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>	<p>1º FABADA.</p> <p>2º PIZZA DE XAMÓN E QUEIXO.</p> <p>FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>	<p>1º ENSALADA MIXTA.</p> <p>2º RAXO "AO FORNO" CON PATACAS FRITIDAS.</p> <p>FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>	<p>1º XUDÍAS CON XAMÓN.</p> <p>2º ALBÓNDEGAS CON ARROZ BLANCO.</p> <p>FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>
LUNS 16	MARTES 17	MÉRCORES 18	XOVES 19	VENRES 20
<p>1º BRÓCOLI CON OVO COCIDO.</p> <p>2º ESPAGUETES CON CARNE.</p> <p>FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>	<p>1º ENSALADA RUSA.</p> <p>2º FIDEUÁ CON AMEIXAS.</p> <p>IOGUR/FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>	<p>1º ENSALADA MIXTA.</p> <p>2º COSTELA ASADA CON PATACAS FRITIDAS.</p> <p>FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>	<p>1º SOPA DE PEIXE.</p> <p>2º PEITUGA DE PITO CON ESPIRAIS.</p> <p>FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>	<p>1º CALDO DE NABIZAS.</p> <p>2º EMPANADA DE ZORZA.</p> <p>FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>
LUNS 23	MARTES 24	MÉRCORES 25	XOVES 26	VENRES 27
<p>1º CREMA PALESTINA.</p> <p>2º CHIPIRÓNS CON CACHELOS.</p> <p>FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>	<p>1º ENSALADA MIXTA.</p> <p>2º PAELLA..</p> <p>IOGUR ECOLÓXICO/FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>	<p>1º SOPA DE ESTRELAS.</p> <p>2º FILETE DE PESCADA Á ROMANA CON ENSALADA DE LEITUGA.</p> <p>FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>	<p>1º REVOLTO DE CHAMPIÑÓNS, ESPINACAS E GAMBAS.</p> <p>2º ZANCOS DE PITO CON PASTA.</p> <p>FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE</p>	<p>1º CREMA DE CENORIA .</p> <p>2º FILETE DE TENREIRA CON PATACAS FRITIDAS</p> <p>FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>
LUNS 30				
<p>1º RABAS DE LURAS CON TOMATES.</p> <p>2º ARROZ TRES DELICIAS.</p> <p>FROITA.</p> <p>AUGA MINERAL/LEITE.</p>				