

CEIP INSUA BERMÚDEZ		MENÚ OUTUBRO		CURSO 2023/24
LUNS 2	MARTES 3	MÉRCORES 4	XOVES 5	VENRES 6
1º CREMA DE VERDURAS. 2º TORTILLA DE PATACAS CON ENSALADA DE TOMATE. FROITA. AUGA MINERAL/LEITE.	1º ENSALADILLA RUSA. 2º FILETE DE PESCADA Á ROMANA CON ENSALADA DE LEITUGA. FROITA. AUGA MINERAL/LEITE.	1º ENTREMESES VARIADOS. 2º CHIPIRÓNS EN SALSA CON ARROZ BLANCO. FROITA. AUGA MINERAL/LEITE.	1º ENSALADA MIXTA. 2º FILETE DE TENREIRA CON PATACAS FRITIDAS. FROITA. AUGA MINERAL/LEITE.	1º LENTELLAS. 2º EMPANADA DE BONITO. FROITA. AUGA MINERAL/LEITE.
LUNS 9	MARTES 10	MÉRCORES 11	XOVES 12	VENRES 13
1º MENESTRA DE VERDURAS. 2º ARROZ Á CUBANA CON SALCHICHAS E OVOS FROITA. AUGA MINERAL/LEITE.	1º ENSALADA MIXTA. 2º ALBÓNDEGAS CASEIRAS CON ARROZ BLANCO. QUEIXO FRESCO E MARMELO. AUGA MINERAL/LEITE.	1º CREMA DE CENORIA. 2º ZANCOS DE PITO CON PASTA. FROITA. AUGA MINERAL/LEITE.	FESTIVO!	DIA DE LIBRE ELECCIÓN
LUNS 16	MARTES 17	MÉRCORES 18	XOVES 19	VENRES 20
1º BRÓCOLI Á ALLADA CON OVO COCIDO. 2º MACARRÓNS CON CARNE. FROITA. AUGA MINERAL/LEITE.	1º SOPA DE ESTRELAS. 2º FILETES DE PORCO CON PATACAS FRITIDAS IOGUR AUGA MINERAL/LEITE.	1º XOUBAS CON OLIVAS E TOMATES. 2º ÁS DE PITO CON ESPIRAIS. FROITA. AUGA MINERAL/LEITE.	1º ENSALADA MIXTA. 2º RAXO AO FORNO CON PATACAS FRITIDAS. FROITA. AUGA MINERAL/LEITE.	1º CALDO DE REPOLO. 2º PIZZA DE XAMÓN E QUEIXO. FROITA. AUGA MINERAL/LEITE.
LUNS 23	MARTES 24	MÉRCORES 25	XOVES 26	VENRES 27
1º RABAS DE LURAS CON TOMATE. 2º ARROZ CON POLO E VERDURAS. FROITA. AUGA MINERAL/LEITE	1º CREMA PALESTINA. 2º BACALLAU Á VIZCAINA CON PATACA COCIDA IOGUR AUGA MINERAL/LEITE.	1º SOPA DE PEIXE 2º COSTELA ASADA CON PATACAS FRITIDAS FROITA. AUGA MINERAL/LEITE.	1º FABADA. 2º PEITUGA DE PITO CON ESPIRAIS. FROITA. AUGA MINERAL/LEITE	1º MELÓN CON XAMÓN. 2º LIRIO CON ENSALADA DE LEITUGA. FROITA. AUGA MINERAL/LEITE.
LUNS 30	MARTES 31			
1º COLIFLOR A ALLADA. 2º ALBÓNDEGAS CON PATACA COCIDA. FROITA. AUGA MINERAL/LEITE.	1º MENESTRA DE VERDURAS. 2º PESCADA EN SALSA CON ARROZ BRANCO. LÁCTEO. AUGA MINERAL/LEITE.			