

Curso 2020 / 2021
MENÚ N° 1 DE PRIMAVERA



LUNS:

- CREMA DE CALABACÍN.
- FIDEOS CON TENREIRA (*Cereal*)
- FROITA.

MARTES:

- CREMA DE COLIFLOR (*soia, apio, ovo, leite, pescado, crustáceo*)
- TORTILLA CON ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE (*Ovo*)
- IOGURT.

MÉRCORES:

- CREMA DE CENORIAS ((*soia, apio, ovo, leite, pescado, crustáceo*))
- MARRAXO CON ARROZ EN BRANCO(*peixe, cereal, ovo*)
- FROITA.

XOVES:

- XUDÍAS GUISADAS CON BACON E TOMATE.
- TENREIRA ESTOFADA CON PATACAS
- FROITA

VENRES:

- LENTELLAS
- LURAS FRITIDAS CON ARROZ TRES DELICIAS(*Peixe, cereal*)
- FROITA

* Entre paréntese, indícase o alérxeno que contén.



Nº 2 - PRIMAVERA



LUNS:

- SOPA DE VERDURAS CON COLIFLOR, CENORIA, PORRO E GUI SANTES.
- PEITUGA DE PAVO Á PRANCHA CON ARROZ.
- FROITA.

MARTES:

- FABADA CON PATACA CENORIA E CHOURIZO.
- FILETE DE PEIXE CON ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE (peixe, cereal, ovo)
- FROITA

MÉRCORES:

- ESPINACAS CON GAMBAS E OVO COCIDO (*Crustáceos, ovo*)
- TENREIRA CON TALLARÍNS EN SALSA DE TOMATE (*Cereal*)
- FROITA

XOVES:

- PIZZA DE XAMÓN E QUEIXO.
- PEIXE FRITO CON ENSALADA VARIADA DE OLIVAS, MILLO, LEITUGA E TOMATE.
- FROITA

VENRES:

- ENSALADILLA
- ARROZ CON POLO E VERDURIÑAS..
- XEADO (*Leite*)

* Entre paréntese, indícase o alérxeno que contén.



Vº Bº A DIRECCIÓN

O ENCARGADO

Nº 3- PRIMAVERA



LUNS:

- XUDÍAS CON OVO COCIDO(*ovo*)
- ESPAGUETI Á BOLOÑESA (*Cereal*)
- FROITA

MARTES:

- ENSALADA MIXTA.
- ZANCOS DE POLO AO FORNO CON PATACAS FRITIDAS.
- FROITA.

MÉRCORES:

- ENSALADA DE ARROZ CON CENORIAS E CHÍCHAROS (5 delicias)
- LURAS CON ENSALADA.
- IOGURT (*leite*).

XOVES:

- CREMA DE CENORIAS (*soia,apio, ovo, leite, pescado, crustáceo*)
- TACOS DE POLO CON PASTA.
- FROITA

VENRES:

- LENTELLAS CON PATACA E ARROZ.
- PEIXE FRITO CON ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE (*Peixe*)
- FROITA

* Entre paréntese, indícase o alérxeno que contén.



Vº Bº A DIRECCIÓN

O ENCARGADO

Nº 4 - PRIMAVERA



LUNS:

- CREMA DE COLIFLOR
- FIDEOS CON CARNE(**Cereal**)
- FROITA

MARTES:

- BRÓCOLI CON OVO COCIDO (**ovo**)
- MILANESA DE POLO CON PATACAS COCIDAS.
- FROITA.

MÉRCORES:

- LENTELLAS.
- SALMÓN CON ENSALADA MIXTA (**peixe**).
- IOGURT (**leite**).

XOVES:

- CREMA DE VERDURAS (**Soia, apio, ovo, leite, pescado, crustáceo**).
- TORTILLA con ensalada de leituga e tomate.
- FROITA.

VENRES:

- CHÍCHAROS CON XAMÓN
- ANEIS DE LURA con arroz branco e tomate (**Peixe**).
- FROITA

* Entre paréntese, indícase o alérxeno que contén.



Vº Bº A DIRECCIÓN

O ENCARGADO

Nº 5 - PRIMAVERA



LUNS:

- MENESTRA DE VERDURAS (**Ovo**)
- FILETE DE TENREIRA CON MACARRÓNS(**Cereal, ovo**)
- FROITA

MARTES:

- POTAXE DE GARBANZOS E ESPINACAS.
- PESCADA REBOZADA CON PATACA COCIDA(**cereal, ovo**).
- IOGURT(**leite**)

MÉRCORES:

- CREMA DE CALABACÍN
- COSTELA AO FORNO E PATACAS FRITIDAS
- FROITA.

XOVES:

- ENSALADA DE PASTA (**cereal e crustáceo**).
- BACALLAO AO FORNO con verduras e ensalada de leituga e tomate (**peixe**)
- FROITA

VENRES:

- ENSALADA MIXTA de leituga, tomate, millo, bonito .
- PAELLA (**soia, apio, ovo, leite, pescado, crustáceo**)
- FROITA.

* Entre paréntese, indícase o alérxeno que contén.



Vº Bº A DIRECCIÓN

O ENCARGADO

Nº 6 - PRIMAVERA



LUNS:

- ESPINACAS CON GAMBAS E OVO (*Crustáceos , ovo*)
- PASTA CON TOMATE E ATÚN (*Cereal*)
- FROITA.

MARTES:

- CREMA DE CALABACÍN E CABAZA
- ARROZ CON POLO E VERDURIÑAS.
- FROITA

MÉRCORES:

- EMPANADA DE BONITO (*cereales, ovo, peixe*).
- PAVO ESTOFADO con pataca, chícharos e cenorias.
- FROITA.

XOVES:

- MENESTRA DE VERDURAS (*Ovo*)
- TROITAÁ PRANCHA con arroz á cubana (*peixe*)
- PASTEL.

VENRES:

- CHÍCHAROS CON XAMÓN.
- CARNE ASADA CON PATACAS (*cereal e ovo*).
- FROITA.

*** Entre paréntese, indícase o alérxeno que contén.**



Vº Bº A DIRECCIÓN

O ENCARGADO