

CEIP PLURILINGÜE Barrié de la Maza.- Santa Comba































Curso 2021/2022.

menú Inverno.




MENÚ NÚMERO 1.

| | | | | | |
|----------------------------------|---|--|---|---------|---|
| Sopa de fideos |       | Peituga de pavo á prancha con ensalada. | | Froita | |
| Lentellas vexetais |       | Peixe con arroz e tomate. |    | Lácteo |  |
| Crema de coliflor |       | Tortilla con ensalada | | Froita | |
| Sopa de verduras e pasta |       | Raxo en salsa champiñons e guarnición verdura temperada. |       | Froita | |
| Potaxe de garavanzos e espinacas |       | Arroz con calamares e verduras |  | Froita. | |


MENÚ NÚMERO 2.

| | | | | | |
|-------------------------------------|---|--|---|--------|---|
| Sopa de polo con pasta |       | Milanesa de cerdo con guarnición de verduras |   | Froita | |
| Caldo de verduras | | Empanada de bonito |   | Froita | |
| Crema de coliflor |       | Raxo de polo con pasta |  | Froita | |
| Potaxe garavanzos chourizo e bacon. |       | Peixe con ensalada |   | Lácteo |  |
| Menestra de verduras | | Tenreira con arroz |       | Froita | |



MENÚ NÚMERO 3.

| | | | | | |
|------------------------------|---|-----------------------------------|---|--------|---|
| Brócoli con patacas e allada |  | Pasta con atún |   | Froita | |
| Fabas con cenoria e pemento |       | Milanesa polo con ensalada |   | Froita | |
| Crema de cenoria |       | Costela ao forno con pataca frita | | Froita | |
| Sopa de verduras. |       | Peixe frito con arroz e tomate. |   | Lácteo |  |
| Lentellas |       | Luras con ensalada |    | froita | |

MENÚ NÚMERO 4.

| | | | | | |
|----------------------|---|--------------------------------------|---|--------|---|
| Sopa de verduras |       | Pasta boloñesa |  | Froita | |
| Sopa de allo con ovo |       | Ragú tenreira con cenoria e patacas |       | Froita | |
| Crema de cabaza |       | Peixe con arroz branco e chícharos |   | Lácteo |  |
| Menestra de verdura | | Zanco de polo asado con pataca frita | | Froita | |
| Fabada |       | Peixe á prancha con ensalada |  | froita | |

MENÚ NÚMERO 5.

| | | | | | |
|-------------------------------------|---|----------------------------------|---|--------|---|
| Sopa tenreira, verdura e estreliñas |       | Milanesa de cerdo con chicharos |   | Froita | |
| Xudias con xamón cocido |       | Peixe con pataca cocida e allada |  | Lácteo |  |
| Crema de porros e cenoria |       | Pavo estofado con arroz |       | froita | |
| Sopa de cocido |       | Cocido | | Froita | |
| Fabas guisadas con mexillóns |       | Pizza |   | froita | |

MENÚ NÚMERO 6.

| | | | | | |
|-------------------------------|---|------------------------------------|---|---------|--|
| Crema de calabacín |       | Macarróns con tenreira e verduras |  | Froita | |
| Lentellas |       | Milanesa tenreira con ensalada |   | Froita | |
| Salteado de verduras e xamón. |       | Luras con arroz branco e verduras. |    | Pastel |    |
| Crema de cenoria |       | Costela asada con pataca frita | | Froita | |
| Fabas con verduras |       | Peixe con ensalada |    | Froita. | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|---|---|---|--|--|---|---|---|--|--|--|--|
|  Glute |  Crustáceos |  Ovo |  Peixe |  Cacahuete |  Soia |  Lácteos |  Froito de cáscara |  Aio |  Mostaza |  Grans sésamo |  Sulfitos |  Altramuz |  moluscos |
|---|--|---|---|---|--|--|---|---|---|--|--|--|--|