

MES DE MAIO - 2023

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
1 DÍA NON LECTIVO FESTIVO NACIONAL	2 DÍA NON LECTIVO ESCOLLIDO POLO CENTRO	3 Tomatiños con sardinilla e cebola 2,10 Xudías con ovo e chourizo 6 Froita de tempada	4 Sopa de pasta 8 Milanesa de polo con patacas fritidas 6-8 Plátano	5 Arroz á montañesa 11 Bacallaos fritos con ensalada de cenoria relada 2,6,8,10 logur 5
8 Sopa de verduras 8-13 Tenreira á xardiñeira Pera	9 Mexillóns en vinagreta e croquetas de polo 4,6,8,10 Luras á romana con arroz branco 4,6,8 Mazá	10 Fabada 8-13 Tortilla de cabaciña con pementos 6 logur 5	11 Coliflor con bechamel e virutas de xamón serrano 5-8 Fideos con ameixas 4-6-8 Kiwi	12 Crema de allo-porro Zorza con cachelos Sandía
15 Ensalada de pasta 2,6,8 Garavanzos,acelgas e bacallao 2 Piña natural	16 Chícharos con xamón Tortilla española con ensalada de tomate 6-10 Laranxa	17 DÍA NON LECTIVO DÍA DAS LETRAS GALEGAS	18 Crema de cenoria Fideos guisados con polo 6-8 Puré de mazá	19 Macarróns á napolitana 6,8 Merluza en variñas caseiras con leituga 2-6-8-10 Kiwi
22 Crema de cabaza Bacallaus fritos con ensalada 6,8 Uvas	23 Sopa de fideo 6,8 Hamburguesa caseira con ensalada 8,10 Plátano	24 Melón con xamón Pavo ao forno con patacas fritidas 10 Mazá	25 Ensalada de canónigos, tomatiños, aguacate, queixo fresco e olivas 5-10 Richada 10 Albaricoque	26 Salteado de verduras (brécol, cenoria, cogumelos) Arroz con chipiróns 4 logur 5
29 Ensaladiña rusa 2-6-10 Espaguetis con atún 2,6,8 Mazá	30 Lentellas 13 Calamares á romana con ensalada 4,6,8 Nésperas	31 Caldo Tortilla de xamón e queixo 5-6 Amorodos en zume de laranxa		

<p>1</p>  <p>SOIA</p>	<p>2</p>  <p>PEIXE</p>	<p>3</p>  <p>MOSTAZA</p>	<p>4</p>  <p>MOLUSCOS</p>	<p>5</p>  <p>LÁCTEOS</p>	<p>6</p>  <p>OVOS</p>	<p>7</p>  <p>GRANS DE SÉSAMO</p>
<p>8</p>  <p>GLUTE</p>	<p>9</p>  <p>FROITOS DE CASCA</p>	<p>10</p>  <p>DIÓXIDO DE XOFRE E SULFITO</p>	<p>11</p>  <p>CRUSTÁCEOS</p>	<p>12</p>  <p>MANISES</p>	<p>13</p>  <p>APIO</p>	<p>14</p>  <p>ALTRAMUCES</p>