



Menú do mes de novembro de 2021

	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
1ª semana	FESTIVO	2 Ensalada mixta (cenoria, atún ,millo, remolacha, ovo)(6,11). Macarróns con atún(1,6). logurt (13).	3 Lentellas estufadas (chourizo,panceta, patacas,cebola,cenoria...) Tortilla de patacas con ensalada de leituga e tomate(11). Froita.	4 Sopa de polo(1). Salmón á prancha con ensalada de leituga e tomate (6). Froita.	5 Cocido galego (repolo,chourizo,panceta, patacas,garabanzos). Arroz con leite(13).
2ª semana		8 Sardiñas en conserva con ensalada de tomate(6). Espaguetis á carbonara (beicon, champiñóns,ovos,leite(1, 11,13). logurt ecolóxico (13).	8 Crema de verduras (repolo, allo , porro, cenoria...) Bacalao á galega con cachelos(6). Froita.	10 Revolto de xamón e queixo(11,13). Albondegas á bolognesa con arroz(1). Froita.	11 Fabada (chourizo, panceta, pemento , pataca, cenoria...) Merluza á romana con ensalada de leituga e tomate(1,6). Froita.
3ª semana	15 Friame(13) Paella mariñeira (chicharos, gambas, pemento, luras..)(6,12). logurt(13).	16 Feixóns salteados con xamón. Luras en tempura con patacas fritas(1) Froita.	17 Lentellas estufadas (chourizo,panceta, patacas,cebola,cenoria...) Peituga de polo á prancha con arroz (chicharos). Froita.	18 Crema de calabacín(patacas,calabacín) Solomillo de tenreira á prancha con ensalada de leituga e tomate. logurt(13). Froita.	19 Sardiñas en conserva con ensalada de tomate(6). Espaguetis á bolognesa(1). Biscoito(1,11,13).
4ª semana	22 Crema de cabaza (cabaza,patacas...) Guiso de tenreira con patacas e gornición de verduras(cenoria, pemento,chicharos...). logurt(13).	23 Ensalada mixta (cenoria, atún ,millo, remolacha, ovo)(6,11) Bacalao á galega con cachelos(6). Froita.	24 Coliflor gratinada(gambas)(1,12,13) Chuletas de pavo á prancha con arroz (chicharos). Froita.	25 Sopa de polo(1) Lombo de rodaballo á prancha con ensalada de leituga e tomate(6). Froita.	26 Garabanzos(pemento,chourizo,panceta, patacas...) Carrilleras de cerdo con salteado de verduras(champiñóns,cenoria,chicharos...) Flan(13).
5ª semana	29 Lentellas estufadas (chourizo,panceta, patacas,cebola,cenoria...) Tortilla de patacas con ensalada de leituga e tomate(11). logurt(13).	30 Crema de cenorias(pataca, cenoria) Macarróns con atún(1,6) Froita.			

Lenda de Información Alimentaria (Alérgenos)

