

# Menú do mes de maio do 2022

	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
1ª semana	2 Xudías con xamón serrano/pavo. Espaguettis á bolognesa(1) Xelatina.	3 Revolto de xamón,espínacas e queixo(13). Lomo de redaballo á prancha con ensalada de hortalizas e tomate(6). Froita.	4 Ensaladilla rusa (chicharos,cenoria,pataca,ovo,atún...)(6,11) Peituga de polo á prancha con ensalada de tomate. Froita.	5 Ensalada capresse(tomate,queixo) con salsa de pesto (albahaca,aceite,piñóns,allo...)(2,13). Bacallau á galega con cachelos e menestra de verduras (6). Froita.	6 Ensalada mixta (cenoria,ovo,millo,atún,remolacha...)(6,11). RACLETT con Arzúa con salchicha de carne 100% (13). logurt ecolóxico(13).
2ª semana	9 Sardiñas en aceite de oliva con ensalada de tomate(6). Tenreira guisada con patacas avelá (pemento,champiñóns,cenoria,cebola...). logurt(13)	10 Sopa de fideos(1). Salmón á prancha con ensalada de hortalizas e tomate(6). Froita.	11 Ovos recheos de atún(6,11). Chuletas de pavo con menestra de verduras(cenoria,champiñóns,chicharos,feixóns...). Froita.	12 Ensalada mixta (cenoria,ovo,millo,atún,remolacha...)(6,11) Luras en tempura con arroz(chicharos(1,6) (1,6). Froita.	13 Ensalada de pasta (ovo,gambas,chicharos...)(1,11,12). Polo asado con patacas douradas e menestra de verduras. Mousse de chocolate(1,13).
3ª semana	<b>NON LECTIVO</b>				20 Tosta de queixo galego con mel(1,13). Lubina á cazola con patacas cocidas e menestra (tomate,cebola,champiñóns, pemento,chicharos...)(6). Flan de queixo(2,13).
4ª semana	23 Coliflor gratinada(1,13). Macarróns con atún e salsa de tomate(1,6). logurt(13)	24 Ensalada mixta (cenoria,ovo,millo,atún,remolacha...)(6,11). Bacallau á galega con cachelos(6). Froita.	25 Crema de champiñóns (porro,pataca,cebola...). Solombo de porco á prancha con ensalada de hortalizas e tomate. Froita.	26 Menestra de verduras Hamburguesa 100% carne con queixo á prancha e patacas fritas(13). Froita.	27 Empanada vexetal (feixóns,cenoria,pemento,champiñóns...)(1) Paella mariñeira (chicharos,gambas,pemento,luras...)(6,12). Natillas(13)
5ª semana	30 Ensalada mixta (cenoria,ovo,millo,atún,remolacha...)(6,11). Tenreira guisada con patacas avelá (pemento,champiñóns,cenoria,cebola...). logurt (13).	31 Crema vichyssoise (pataca,cenoria...)(13). Lomo de rodaballo á prancha con ensalada de leituga e tomate(6). Froita.			

## Lenda de Información Alimentaria (Alérxenos)



- Usamos exclusivamente aceite de oliva virxe extra (AOVE) en todos os nosos menús.
- As nosas salsas son elaboradas con aceite de oliva virxe extra(AOVE).
- O pan é freco de cada día.
- Utilizamos variedade de hortalizas nas nosas ensaladas (leituga trocadeiro,rúcula,canónigos...) e tomates de maior calidade.
- Aumentamos a nosa variedade de verdura.



*Máis iguais. máis libres*

\*O menú pode estar suxeito a modificacións