

MENÚ DO COMEDOR ESCOLAR novembro 2023

Luns	Martes	Mércores 1	Xoves 2	Venres 3
				<p>Ensalada de leituga ,tomate remolacha ,millo e aceitunas verdes </p> <p>Churrasco con pataca </p> <p>Froita</p>
Luns 6	Martes 7	Mércores 8	Xoves 9	Venres 10
<p>Puré de cabaza </p> <p>Polo o forno con arroz e cenoira </p> <p>Froita</p>	<p>Fabada con verduras </p> <p>Acelga con ovo </p> <p>Froita</p>	<p>ENSALADA DE ARROZ E VERDURAS DE TEMPADA </p> <p>Salmón con puré de pataca </p> <p>logur </p>	<p>CREMA DE CENORIA, CABACIÑA E SÉSAMO </p> <p>POTAXE DE LENTELLAS CON ARROZ E VERDURAS DE TEMPADA. </p> <p>Froita</p>	<p>ENSALADA VERMELLA CON TOMATE, PEMENTO VERMELLO E REMOLACHA </p> <p>MACARRÓNS CON CARNE DA IXP TERNERA GALLEGA E SALSA DE TOMATE. </p> <p>Froita</p>
Luns 13	Martes 14	Mércores 15	Xoves 16	Venres 17
<p>-ESPINACAS CON ALLADA</p> <p>-GUIZO DE CHIPIRÓN CON ARROZ. </p> <p>Froita</p>	<p>SOPA DE VERDURAS E FIDEOS. </p> <p>TORTILLA DE CHAMPIÑONS E GAMBAS CON ENSALADA MIXTA. </p> <p>Froita</p>	<p>MENESTRA DE VERDURAS DE TEMPADA. </p> <p>E POLO ECOLÓXICO CON PATACAS DE GALICIA IXP GAJO AO FORNO </p> <p>logur </p>	<p>ENSALADA VERDE DE ESPINACAS BABY, AGUACATE E PEPINO CON SALSA DE IOGUR ECO </p> <p>MACARRÓNS CON QUEIXO DOP SAN SIMÓN DA COSTA, BONITO E CENORIA RELADA. </p> <p>Froita</p>	<p> Sopa de Fideos</p> <p>COCIDO DE PATACAS DE GALICIA IXP, CHOURIZO E LACÓN GALLEGO</p> <p>Froita</p>

Luns 20	Martes 21	Mércores 22	Xoves 23	Venres 24
<p>-EMPANADA DE POLO ECOLÓXICO E COGOMELOS </p> <p>-LENTELLAS GUIADAS CON VERDURAS DE TEMPADA. </p> <p>Froita</p>	<p>Lentellas con verduras </p> <p>Lasaña boloñesa </p> <p>Froita</p>	<p>-PAELLA DE HORTALIZAS DE TEMPADA </p> <p>PEIXE BRANCO AO FORNO CON ENSALADA.. </p>	<p>CREMA DE VERDURAS DE TEMPADA. </p> <p>OVOS ESCALFADOS CON ACELGAS OU ESPINACAS E QUEIXO DOP ARZÚA-ULLOA. </p>	<p>ARROZ MELOSO CON CHAMPIÑÓNS. </p> <p>-FABADA CON FABAS DE LOURENZÁ DA IXP VEXETAL CON CENORIA, ALLO PORRO E PEMENTO CHOURICEIRO. </p>
Luns 27	Martes 28	Mércores 29	Xoves 30	
<p>ENSALADA MORNA DE NABIZAS, PATACAS DE GALICIA IXP E ALIÑO DE IOGUR ECO. </p> <p>-POLO ECOLÓXICO GUIADO CON CREMA DE CASTAÑAS DA IXP E CABAZA. </p> <p>Froita</p>	<p>Caldo galego con pataca, fabas e repolo. </p> <p>Arroz con luras e verduriñas. </p> <p>Froita</p>	<p>Ensalada de leituga, tomate, cenoura rallada, espárragos, cebola e xarda </p> <p>PIZZA VEXETAL CON QUEIXO DA DOP QUEIXO TETILLA. </p> <p>logur </p>		

En caso de ser o seu fillo ou filla alérxico/a ou intolerante a algunhas destas substancias ou produtos, comuníquello á encargada de comedor para proceder á elaboración de menús alternativos ou exentos de ditos alérxenos.

IMPORTANTE: A alerxia ou intolerancia debe ser sempre xustificada con informe médico.

(Decreto 132/2013, do 1 de agosto. Artigo 17, punto 2)





XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE EDUCACIÓN
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

rúa Orquidea 63 - 27004 Lugo
teléfono: 982 870 483
correo electrónico: ceip.casas@edu.xunta.es