



**MENÚ ESCOLAR  
CEIP ADR CASTELAO  
ORDES**

**ALÉRXENOS**

1 GLUTEN 2 CRUSTÁCEOS 3 OVOS  
4 PEIXE 5 CACAHUETE 6 SOIA  
7 LÁCTEOS 8 CÁSCARA 9 APIO  
10 ALTRAMUCES 11 MOLUSCOS  
12 MOSTAZA 13 SÉSAMO 14 SULFITOS



**SETEMBRO 2023**

DIA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
11	Crema de verduras	Macarróns con atún 1.4	Sandía
12	Ensaladilla 3.4	Filete de pavo a plancha con arroz e champiñóns	Uva branca
13	Lentellas	Peixe pau con ensalada de leituga e cebola 4	Peladillo vermello
14	Ensalada de arroz 2.3.4.7	Estufado de tenreira con verduras	logur natural 7
15	Luras 11	Polo ou pavo , xudías, ovo e patacas cocidas 3	Ameixa
DIA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
18	Brócoli con allada e ovo 3	Espaguetes boloñesa 1	Melón
19	Sopa 1	Pescada con ensalada de leituga e cebola 4	Peladillo
20	Ensalada de fabas	Tortilla 3	logur de fresa 7
21	Empanada de hoxaldre de iork e queixo 1.3.7.14	Arroz con sepia e verduras 11	Xeado 7
22	Ensalada mixta	Raxo de porco con tallaríns 1 tr. 3	Ameixa
DIA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
25	Coliflor con ovo e gambas 2.3	Chuleta de pavo e hélices 1 tr: 3	Uva branca
26	Empanada de atún 1.3.4.7	Tenreira estufada con minestra e patacas amarelas	Ameixa
27	Crema de verdura	Pescada con pataca cocida 4	Iogur natural 7
28	Sardiñas con tomate 4	Hamburguesa ( sen pan) de polo con arroz pilas	Peladillo
29	Ensalada de pasta 1.2.3.4.7	Guiso de luras 11	Plátano