



XUNTA DE GALICIA

CONSELLARÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN E ORDENACIÓN
UNIVERSITARIA

Colexio de Educación Infantil e Primaria “A.D.R. CASTELAO”

Rúa Paraíso s/n, 15680 ORDES -A CORUÑA- ☎881880883

Correo electrónico: ceip.castelao.ordes@edu.xunta.es

ALÉRXENOS:

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



XANEIRO 2024

DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
8	Crema de cabaza e porro	Arroz con tenreira e cabaciña	Doce 1.3.7.8.14
9	Lentellas vexetais	Abadexo o forno con patacas panadeira 4	Froita de tempada
10	Sardiñas con tomate 4	Filete de pavo a prancha con espaguetes integrais 1	Iogur de fresa 7
11	Sopa de letras 1	Tortilla con tomate 3	Froita de tempada
12	Coliflor refogada con chourizo 14	Guiso de pataca, luras, mexillón e cenoria. 11	Froita de tempada
DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
15	Brócoli con ovo 3	Arroz con coello e cogomelos	Froita de tempada
16	Ensalada de leituga, tomate, atún, millo e cenorias 4	Zorza con patacas fritas	Froita de tempada
17	Garavanzos con espinacas e cabaza	Raia en tomatada con patacas cocidas e chícharos 4	Froita de tempada
18	Crema de coliflor e cenoria	Longaínza fresca con xudías e arroz	Froita de tempada
19	Ensaladilla 3.4	Arroz con rape e mexillóns 4.11	Iogur natural 7
DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
22	Sopa 1	Chuleta de pavo con leituga e tomate	Froita de tempada
23	Caldo de repolo	Raxo de atún con macarróns integrais 1.4	Froita de tempada
24	Crema de cenoria e cabaciña	Filete de pavo con patacas fritas	Froita de tempada
25	Lentellas	Luriñas a romana con leituga, tomate e cebola 1.3.11	Froita de tempada
26	Minestra con gambas e ovo 2.3	Espaguetes boloñesa 1	Iogur de fresa 7
DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
29	Xudías refogadas con taquiños de xamón 14	Macarróns con atún 1.4	Froita de tempada
30	Ensalada de leituga, garavanzos, atún e <i>cherrys</i> 4	Raxo de polo con patacas fritas	Froita de tempada
31	Empanada de atún 1.3.4.7	Guiso de pataca, tenreira guisante e cenoria.	Iogur 7



XUNTA DE GALICIA

CONSELLARÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN E ORDENACIÓN
UNIVERSITARIA

Colexio de Educación Infantil e Primaria “A.D.R. CASTELAO”

Rúa Paraíso s/n, 15680 ORDES -A CORUÑA- ☎881880883

Correo electrónico: ceip.castelao.ordes@edu.xunta.es

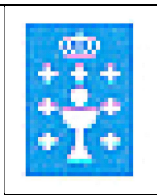
ALÉRXENOS:

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



XANEIRO 2024 SEN PEIXE, OVO E MARISCO

DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
8	Crema de cabaza e porro	Arroz con tenreira e cabaciña	Doce 1.14
9	Lentellas vexetais	Costela ao forno con patacas panadeira	Froita de tempada
10	Ensalada de tomate, xamón york e millo	Filete de pavo a prancha con espaguetes integrais 1	Iogur natural 7
11	Sopa de letras 1	Tortilla de fariña de garavanzo con tomate	Froita de tempada
12	Coliflor refogada con chourizo 14	Guiso de pataca con coello	Froita de tempada
DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
15	Brócoli con chourizo	Arroz con coello e cogomelos	Froita de tempada
16	Ensalada de leituga, tomate,, millo e cenorias	Zorza con patacas fritas	Froita de tempada
17	Garavanzos con espinacas e cabaza	Filete de pavo en tomatada con patacas cocidas e chícharos	Froita de tempada
18	Crema de coliflor e cenoria	Longaínza fresca con xudías e arroz	Froita de tempada
19	Ensaladilla sen atún	Arroz de tenreira	Iogur natural 7
DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
22	Sopa 1	Chuleta de pavo con leituga e tomate	Froita de tempada
23	Caldo de repolo	Raxo de porco con macarróns integrais 1	Froita de tempada
24	Crema de cenoria e cabaciña	Filete de polo con patacas fritas	Froita de tempada
25	Lentellas	Filete de tenreira con leituga, tomate e cebola	Froita de tempada
26	Minestra con xamón	Espaguetes boloñesa 1	Iogur natural 7
DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
29	Xudías refogadas con taquiños de xamón 14	Macarróns con carne 1	Froita de tempada
30	Ensalada de leituga, garavanzos e cherrys	Raxo de polo con patacas fritas	Froita de tempada
31	Nuguetts de polo	Guiso de pataca, tenreira guisante e cenoria.	Iogur natural 7



XUNTA DE GALICIA

CONSELLARÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN E ORDENACIÓN
UNIVERSITARIA

Colexio de Educación Infantil e Primaria "A.D.R. CASTELAO"

Rúa Paraíso s/n, 15680 ORDES -A CORUÑA- ☎881880883

Correo electrónico: ceip.castelao.ordes@edu.xunta.es

ALÉRXENOS:

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



XANEIRO 2024 PROTEINA LÁCTEA

DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
8	Crema de cabaza e porro	Arroz con tenreira e cabaciña	Doce 1.3.7.8.14
9	Lentellas vexetais	Abadexo o forno con patacas panadeira 4	Froita de tempada
10	Sardiñas con tomate 4	Filete de pavo a prancha con espaguetes integrais 1	Xelatina
11	Sopa de letras 1	Tortilla con tomate 3	Froita de tempada
12	Coliflor refogada con chourizo 14	Guiso de pataca, luras, mexillón e cenoria. 11	Froita de tempada
DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
15	Brócoli con ovo 3	Arroz con coello e cogomelos	Froita de tempada
16	Ensalada de leituga, tomate, atún, millo e cenorias 4	Zorza con patacas fritas	Froita de tempada
17	Garavanzos con espinacas e cabaza	Raia en tomatada con patacas cocidas e chícharos 4	Froita de tempada
18	Crema de coliflor e cenoria	Longaiña fresca con xudías e arroz	Froita de tempada
19	Ensaladilla 3.4	Arroz con rape e mexillóns 4.11	Xelatina
DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
22	Sopa 1	Chuleta de pavo con leituga e tomate	Froita de tempada
23	Caldo de repolo	Raxo de atún con macarróns integrais 1.4	Froita de tempada
24	Crema de cenoria e cabaciña	Filete depolo con patacas fritas	Froita de tempada
25	Lentellas	Luriñas a romana con leituga, tomate e cebola 1.3.11	Froita de tempada
26	Minestra con gambas e ovo 2.3	Espaguetes boloñesa 1	Xelatina
DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
29	Xudías refogadas con taquiños de xamón 14	Macarróns con atún 1.4	Froita de tempada
30	Ensalada de leituga, garavanzos, atún e <i>cherrys</i> 4	Raxo de polo con patacas fritas	Froita de tempada
31	Empanada de atún 1.3.4	Guiso de pataca, tenreira guisante e cenoria.	Xelatina



XUNTA DE GALICIA

CONSELLARÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN E ORDENACIÓN
UNIVERSITARIA

Colexio de Educación Infantil e Primaria “A.D.R. CASTELAO”

Rúa Paraíso s/n, 15680 ORDES -A CORUÑA- ☎881880883

Correo electrónico: ceip.castelao.ordes@edu.xunta.es

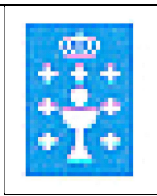
ALÉRXENOS:

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



XANEIRO 2024 SEN GLUTE E SEN LACTEOS

DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
8	Crema de cabaza e porro	Arroz con tenreira e cabaciña	Doce 3.8.14
9	Lentellas vexetais	Abadexo o forno con patacas panadeira 4	Froita de tempada
10	Sardiñas con tomate 4	Filete de pavo a prancha con espaguetes sen glute	Xelatina
11	Sopa de fideos sen glute	Tortilla con tomate 3	Froita de tempada
12	Coliflor refogada con chourizo 14	Guiso de pataca, luras, mexillón e cenoria. 11	Froita de tempada
DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
15	Brócoli con ovo 3	Arroz con coello e cogomelos	Froita de tempada
16	Ensalada de leituga, tomate, atún, millo e cenorias 4	Zorza con patacas fritas	Froita de tempada
17	Garavanzos con espinacas e cabaza	Raia en tomatada con patacas cocidas e chícharos 4	Froita de tempada
18	Crema de coliflor e cenoria	Longaínza fresca con xudías e arroz	Froita de tempada
19	Ensaladilla 3.4	Arroz con rape e mexillóns 4.11	Xelatina
DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
22	Sopa de fideos sen glute	Chuleta de pavo con leituga e tomate	Froita de tempada
23	Caldo de repolo	Raxo de atún con macarróns sen glute 4	Froita de tempada
24	Crema de cenoria e cabaciña	Filete de polo con patacas fritas	Froita de tempada
25	Lentellas	Luriñas a romana con leituga, tomate e cebola 3.11	Froita de tempada
26	Minestra con gambas e ovo 2.3	Espaguetes sen glute boloñesa	Xelatina
DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
29	Xudías refogadas con taquiños de xamón 14	Macarróns sen glute con atún 4	Froita de tempada
30	Ensalada de leituga, garavanzos, atún e <i>cherrys</i> 4	Raxo de polo con patacas fritas	Froita de tempada
31	<i>Nuggets</i> de polo	Guiso de pataca, tenreira guisante e cenoria.	Xelatina



XUNTA DE GALICIA

CONSELLARÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN E ORDENACIÓN
UNIVERSITARIA

Colexio de Educación Infantil e Primaria "A.D.R. CASTELAO"

Rúa Paraíso s/n, 15680 ORDES -A CORUÑA- ☎881880883

Correo electrónico: ceip.castelao.ordes@edu.xunta.es

ALÉRXENOS:

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



XANEIRO 2024 SEN PEIXE E MARISCO

DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
8	Crema de cabaza e porro	Arroz con tenreira e cabaciña	Doce 1.3.7.8.14
9	Lentellas vexetais	Costela ao forno con patacas panadeira	Froita de tempada
10	Ensalada de tomate, xamón york e millo	Filete de pavo a prancha con espaguetes integrais 1	Iogur de fresa 7
11	Sopa de letras 1	Tortilla con tomate 3	Froita de tempada
12	Coliflor refogada con chourizo 14	Guiso de pataca con coello	Froita de tempada
DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
15	Brócoli con ovo 3	Arroz con coello e cogomelos	Froita de tempada
16	Ensalada de leituga, tomate, millo e cenorias	Zorza con patacas fritas	Froita de tempada
17	Garavanzos con espinacas e cabaza	Filete de pavo en tomatada con patacas cocidas e chícharos	Froita de tempada
18	Crema de coliflor e cenoria	Longaínza fresca con xudías e arroz	Froita de tempada
19	Ensaladilla sen atún 3	Arroz de tenreira	Iogur natural 7
DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
22	Sopa 1	Chuleta de pavo con leituga e tomate	Froita de tempada
23	Caldo de repolo	Raxo de porco con macarróns integrais 1	Froita de tempada
24	Crema de cenoria e cabaciña	Filete de polo con patacas fritas	Froita de tempada
25	Lentellas	Filete de tenreira a romana con leituga, tomate e cebola 1.3	Froita de tempada
26	Minestra con ovo 3	Espaguetes boloñesa 1	Iogur de fresa 7
DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
29	Xudías refogadas con taquiños de xamón 14	Macarróns con carne 1	Froita de tempada
30	Ensalada de leituga, garavanzos e <i>cherrys</i>	Raxo de polo con patacas fritas	Froita de tempada
31	<i>Nuggets</i> de polo	Guiso de pataca, tenreira guisante e cenoria.	Iogur 7



XUNTA DE GALICIA

CONSELLARÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN E ORDENACIÓN
UNIVERSITARIA

Colexio de Educación Infantil e Primaria “A.D.R. CASTELAO”

Rúa Paraíso s/n, 15680 ORDES -A CORUÑA- ☎881880883

Correo electrónico: ceip.castelao.ordes@edu.xunta.es

ALÉRXENOS:

1 GLUTE 2 CRUSTÁCEOS 3 OVOS
4 PESCADO 5 CACAHUETE 6 SOLA
7 LÁCTEOS 8 CÁSCARA 9 APIO
10 ALTRAMUCES 11 MOLUSCOS
12 MOSTAZA 13 YÉSAMO 14 SULFITOS



XANEIRO 2024 SEN GLUTE E SEN LACTOSA

DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
8	Crema de cabaza e porro	Arroz con tenreira e cabaciña	Doce 3.8.14
9	Lentellas vexetais	Abadexo o forno con patacas panadeira 4	Froita de tempada
10	Sardiñas con tomate 4	Filete de pavo a prancha con espaguetes sen glute	Iogur sen lactosa
11	Sopa de fideos sen glute	Tortilla con tomate 3	Froita de tempada
12	Coliflor refogada con chourizo 14	Guiso de pataca, luras, mexillón e cenoria. 11	Froita de tempada
DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
15	Brócoli con ovo 3	Arroz con coello e cogomelos	Froita de tempada
16	Ensalada de leituga, tomate, atún, millo e cenorias 4	Zorza con patacas fritas	Froita de tempada
17	Garavanzos con espinacas e cabaza	Raia en tomatada con patacas cocidas e chícharos 4	Froita de tempada
18	Crema de coliflor e cenoria	Longaiña fresca con xudías e arroz	Froita de tempada
19	Ensaladilla 3.4	Arroz con rape e mexillóns 4.11	Iogur sen lactosa
DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
22	Sopa de fideos sen glute	Chuleta de pavo con leituga e tomate	Froita de tempada
23	Caldo de repolo	Raxo de atún con macarróns sen glute 4	Froita de tempada
24	Crema de cenoria e cabaciña	Filete de polo con patacas fritas	Froita de tempada
25	Lentellas	Luriñas a romana con leituga, tomate e cebola 3.11	Froita de tempada
26	Minestra con gambas e ovo 2.3	Espaguetes sen glute boloñesa	Iogur sen lactosa
DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
29	Xudías refogadas con taquiños de xamón 14	Macarróns sen glute on atún 4	Froita de tempada
30	Ensalada de leituga, garavanzos, atún e <i>cherrys</i> 4	Raxo de polo con patacas fritas	Froita de tempada
31	Pizza de xamón york e queixo sen glute e sen lactosa	Guiso de pataca, tenreira guisante e cenoria.	Iogur sen lactosa