



MENÚS 1º TRIMESTRE CURSO ESCOLAR 2012/13

OUTUBRO	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
1º semana 1 ao 5	- Crema de cenoria - Macarróns con atún e tomate - Queixo con marmelo	- Potaxe de garabanzos - Filete de pescada con ensalada - logur	- Sopa de letras - Polo asado con patacas fritidas -Natillas	- Ensaladilla - Peixe fresco con ensalada -Mousse	- Lentellas guisadas - Escalope de porco con ensalada - Xeado
2º semana 8 ao 11	- Sopa de fideos - Guiso de carne - Froita	- Ensalada de pasta - Peixe con ensalada -logur	- Crema de cabaciño - Albóndigas con arroz - Froita	- Sopa de estrelas - Carne ó caldeiro - Queixo con marmelo	Festivo
3º semana 15 ao 19	- Crema vexetal - Macarróns con carne e tomate - Froita	- Potaxe de garabanzos - Caldeirada de pescada - logur ecolóxico	- Salpicón - Filetes de lomo con ensalada - Froita	- Lentellas guisadas - Empanada de carne - Froita	- Crema cenorias - Peixe con ensalada - Xeado
4º semana 22 ao 26	- Crema de espinacas - Paella - Froita	- Xudías con ovo - Luras con arroz - logur	- Sopa de estrelas - Tenreira asada con patacas fritidas - Froita	- Crema cenorias - "Espaguettis "con bonito - Natillas	- Sopa de letras - Salmón á grella con ensalada e mahonesa - Froita
5º semana 29 ao 31	- Menestra de verdura - Tortilla de patacas con leituga - Froita	- Caldo galego - Hamburguesa con arroz - Froita	- Lentellas guisadas - Peixe con ensalada - Xeado		
NOVEMBRO	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
1º semana				Festivo	DÍA DO ENSINO
2º semana 5 ao 9	- Brocoli con ovo - Macarróns con atún e tomate - Froita	- Puré de verduras - Chipiróns con arroz pilaw - logur	- Sopa de estrelas - Tenreira asada con patacas fritidas - Froita	- Fabada - Peixe con ensalada - Flan	- Sopa de fideos - Pavo con patacas fritidas - Froita
3º semana 12 ao 16	- Crema de cenoria - Tallaríns a boloñesa - Froita	- Potaxe de garavanzos - Peixe con ensalada - logur	- Sopa de fideos - Ragut de porco con patacas e verduras -Froita	- Lentellas guisadas - Peixe con ensalada - Froita	- Ensalada mixta - Churrasco con patacas -Xeado
4º semana 19 ao 23	- Xudias con ovo - Macarróns con atún e tomate - Froita	- Sopa de fideos - Polo estofado con patacas - logur	- Caldo galego - Albóndegas con arroz - Queixo con marmelo	- Sopa de estrelas - Salmón á grella con ensalada e mahonesa - Froita	- Crema de cenoria - Lasaña - Froita
5º semana 26 ao 30	- Lentellas guisadas - Tortilla de patacas con leituga - Froita	- Sopa de fideos - Polbo á feira - logur	- Puré de verduras - "Espaguettis" á boloñesa - Froita	- Sopa de letras - Peixe con patacas fritidas - logur ecolóxico	- Cocido - Froita
DECEMBRO	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
1º semana 3 ao 7	- Crema de cenoria - Polo con fideos - Froita	- Potaxe de garavanzos - Filetes de raxo con patacas fritidas - logur	- Crema de grelos -Peixe con ensalada - Froita	Festivo	- Lentellas guisadas - Tortilla de patacas con leituga - Froita
2º semana 10 ao 14	- Crema de cenoria - Tallaríns a boloñesa - Froita	- Fabada - Empanada de carne - logur	- Sopa de letras - Peixe con ensalada - Froita -	- Menestra de verduras - Chipiróns con arroz pilaw - Queixo con marmelo	- Crema de cabaciño - Paella - Froita
3º semana 17 ao 21	- Brocoli - Macarróns con atún e tomate - Froita	- Caldo galego - Hamburguesa con ensalada - logur	- Sopa de estrelas - Salmón á grella con ensalada e mahonesa - Froita	- Cocido - Froita	COMIDA ESPECIAL

Este menú pode sufrir variacións por incidencias no servizo do peixe ou do almacén.