

MENU BASAL COMEDOR ESCOLAR NOVIEMBRE 2.023

	LUNS		MARTES		MÉRCORES		XOVES		VENRES					
	Suxerencia de cea		Suxerencia de cea		01-nov		02-nov		03-nov					
1ª Semana					FESTIVO NACIONAL 		CHÍCHAROS Á ANDALUZA		ENSALADA VARIADA		SOPA DE PIÑÓN			
							LOMBO Á NAPOLITANA CON PATACA		HAMBURGUESA DE LENTELLAS		PESCADA Á ROMANA CON ENSALADA		PAVO CON PURÉ DE PATACA	
							FROITA		FROITA		IOGUR		FROITA	
	06-nov		07-nov		08-nov		09-nov		10-nov					
2ª Semana	MINESTRA SALTEADA		CREMA MINISTRONE CON GARAVANZOS		SOPA DE POLO		CREMA VEXETAL		ENSALADA MEDITERRÁNEA					
	ARROZ Á MILANESA		PEIXE Á ROMANA CON ENSALADA		RAXO Ó FORNO CON PATACA E VERDURIÑAS		PESCADA EN SALSA VERDE CON ARROZ		SAN XACOBO CON PATACAS					
	FROITA		IOGUR		FROITA		FROITA		FROITA					
	13-nov		14-nov		15-nov		16-nov		17-nov					
3ª Semana	LENTELLAS ESTUFADAS CON CHOURIZO		CREMA DE COLIFLOR		XUDIAS CON OVO		SOPA HORTELANA		ENSALADA MIXTA					
	PEITUGA A PRANCHA CON ENSALADA		PASTA CON SALSA BOLOÑESA		PESCADA Á GALEGA CON PATACA		GUIZO DE POLO CON FIDEO		PESCADA Á ROMANA CON ARROZ					
	IOGUR		FROITA		FROITA		FROITA		FROITA					
	20-nov		21-nov		22-nov		23-nov		24-nov					
4ª Semana	CHICHAROS CON XAMÓN		SOPA DE PIÑÓN E POLO		ENSALADA MARIÑEIRA		FABADA VEXETAL		CREMA DE CENOIRA					
	PAVO A CAZADORA CON VERDURAS E ARROZ		PESCADA O FORNO CON PATACA E VERDURITA		GUIZO DE CARNE CON PASTA		LOMBO A PRANCHA CON VERDURIÑAS E ARROZ		TORTILLA DE PATACA E ATÚN CON ENSALADA					
	FROITA		FROITA		IOGUR		FROITA		FROITA					
	27-nov		28-nov		29-nov		30-nov							
5ª Semana	SOPA DE VERDURAS MINISTRONE (CON LEGUMES)		CREMA DE BRÉCOL		XUDIAS SALTEADAS		FAXIÑAS DE YORK E QUEIXO		NUTRICIONISTA: ANA ISABEL FERNÁNDEZ ESCUREDO. Nº COL:GA:00117					
	VENTRESCA DE PESCADA O FORNO CON PATACA		HAMBURGUESA CON MACARRONS E SALSA DE TOMATE		POLO ASADO CON ARROZ		FILETE DE PESCADA REBOZADA CON ENSALADA							
	FROITA		IOGUR		FROITA		FROITA							