

# DECEMBRO

LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

4

5

6

7

8

11

12

13

14

15

18

19

20

20

ENSALADA 4

CREMA DE CALABACÍN

VARIÑAS DE PESCADA

CREMA DE CABACIÑA

SOPA XULIANA

MACARRÓNS CON CARNE

GUISO DE CHOUPA

LASAÑA VEXETAL

LOMO DE ATÚN AO FORNO CON VERDURIÑAS

RAXO CON ENSALADA

FROITA

IOGUR NATURAL

FROITA

FROITA

BATIDO DE FROITAS

ENSALADA DE PASTA

**SAIDA!!**

VARIÑAS DE PESCADA

CREMA DE CABACIÑA

SOPA XULIANA

PESCADA Á ROMANA CON TOMATE



LASAÑA VEXETAL

LOMO DE ATÚN AO FORNO CON VERDURIÑAS

RAXO CON ENSALADA

FROITA

19

FROITA

FROITA

BATIDO DE FROITAS

BROCOLI Á ALLADA

CHÍCHAROS CON XAMÓN

SALPICÓN

MENÚ ESPECIAL NADAL!!

ESPAGUETES Á BOLOÑESA

GUISO DE CHOUPA

COSTELA ASADA CON PATACA FRITIDA

MENÚ ESPECIAL NADAL!!

FROITA

FROITA

BISCOITO

MENÚ ESPECIAL NADAL!!



CEIP PLURILINGÜE DE TOQUES  
CURSO 2023-2024

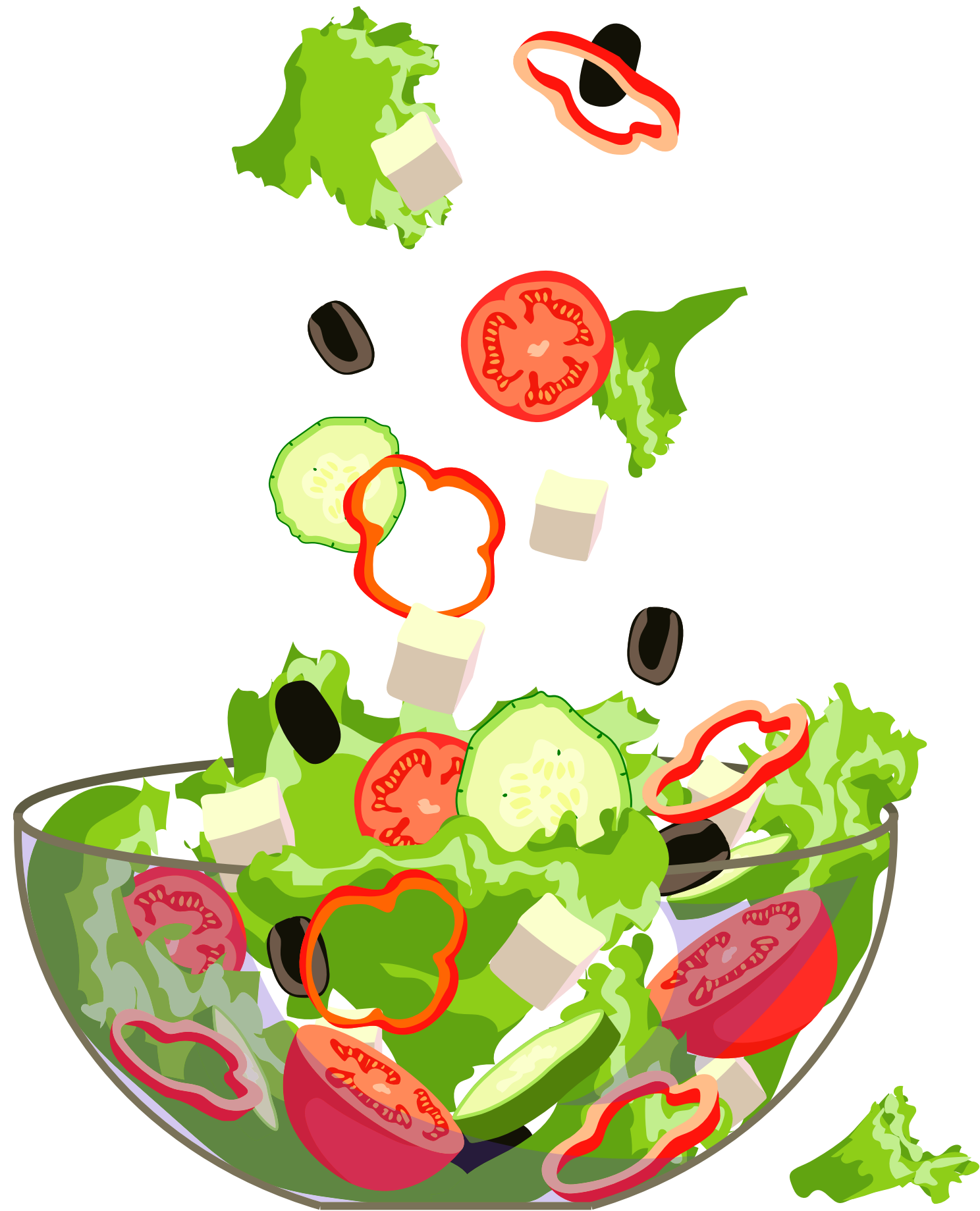
# QUE LEVAN AS ENSALADAS DESTES MES?

**Ensalada Variada 1:** base verde, tomate, remolacha, cenoria, cebola, aceituras e queixo fresca

**Ensalada Variada 2:** base verde, cenoria, millo, remolacha e froita de tempada

**Ensalada Variada 3:** base verde, tomate, remolacha, millo e noces

**Ensalada Variada 4:** base verde, mazá, queixo, cenoria e remolacha



## ALERXENOS

### INFORMACIÓN



MOSTAZA



GLUTEN



MARISCOS



LÁCTEOS



APIO



SULFITOS



SOJA



OVOS



PEIXES



CARNES



CACAHUETES



FRUTOS SECOS