



Guía de axuda para programar os menús escolares

MES DE OUTUBRO DE 2021 – ALERXENOS

				DÍA 1 Ensalada de leituga, remolacha, millo, cenoria e cebola Lentellas estufadas con carne Froita
DÍA 4 Sopa de <u>pasta</u> (contén glute e apio) <u>Tortilla</u> con ensalada (contén ovo) Froita	DÍA 5 Minestra de verduras a galega Polo o forno con arroz logur	DÍA 6 Ensalada de <u>pasta</u> de cores (contén glute) <u>Bacallau</u> con arroz, chícharos e cenoria (contén peixe) Froita	DÍA 7 Xudías verdes con salsa de tomate Macarróns con polo (contén glute) Froita	DÍA 8 <u>Crema</u> de chícharos (contén apio) Filete de <u>pescada</u> a vizcaina con patacas (contén peixe) Froita
DÍA 11 <u>DÍA DO ENSINO</u>	DÍA 12 <u>DÍA DO PILAR</u>	DÍA 13 <u>Crema</u> de verduras (contén apio) Filete de <u>pescada</u> en salsa verde con patacas (contén peixe) Froita	DÍA 14 Ensalada mixta de leituga, tomate, cebola, millo e olivas Lombo de porco o forno con arroz Froita	DÍA 15 <u>Crema</u> de brócoli (contén apio) Tortilla con ensalada logur
DÍA 18 Ensalada con <u>ovo</u> e <u>bonito</u> (contén ovo e peixe) Fabas con verduras e carne logur	DÍA 19 <u>Crema</u> de allo porro e pataca (contén apio) <u>Espaguetes</u> a boloñesa (contén glute) Froita	DÍA 20 Sopa de <u>fideos</u> (contén glute e apio) <u>Salmón</u> con patacas e verduras (contén peixe) Froita	DÍA 21 Ensalada de tomate e <u>mexillóns</u> (contén moluscos) Verzas con patacas, <u>ovo</u> cocido e chourizo (contén ovo) Froita	DÍA 22 <u>Crema</u> de cenoria e cabaza (contén apio) <u>Macarróns</u> con <u>atún</u> (contén peixe e glute) Froita
DÍA 25 <u>Ensaladilla rusa</u> (contén peixe e ovo) Potaxe de garavanzos con carne Froita	DÍA 26 Sopa de verduras con <u>fideos</u> (contén glute e apio) Arroz con luras Froita	DÍA 27 <u>Crema</u> de verduras (cabaza e cabaciña) (contén apio) <u>Espaguetes</u> con <u>salmón</u> (contén glute e peixe) logur	DÍA 28 <u>Espaguetes</u> con tomate e orégano (contén glute) Pavo con ensalada Froita	DÍA 29 Caldo de repolo Filete de <u>pescada</u> en salsa de primavera con patacas e chícharos (contén peixe) Froita

RESTAURANTE SALA GRADIN CATERING
TELÉFONOS: 610432514