

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 XACOBÓ 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.º 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 | | | | | | | |

MENU BASAL CON ALÉRXENOS - NOVEMBRO 2.023

| | LUNS | MARTES | MÉRCORES | XOVES | VENRES | | |
|--|--|--|---|---|-------------------------------------|---|---|
| | ALÉRXENOS | ALÉRXENOS | 01-nov | ALÉRXENOS | 02-nov | ALÉRXENOS | |
| | | | FESTIVO NACIONAL | | CHÍCHAROS Á ANDALUZA | OVO | |
| | | | | | LOMBO Á NAPOLITANA CON PATACA | | |
| | | | | | FROITA | IOGUR | |
| | 06-nov | 07-nov | 08-nov | ALÉRXENOS | 09-nov | ALÉRXENOS | |
| | | | | | | | |
| | MINESTRA SALTEADA | CREMA MINISTRONE CON GARAVANZOS | SOPA DE POLO | GLUTEN | CREMA VEXETAL | LÁCTEOS | |
| | ARROZ Á MILANESA | PEIXE Á ROMANA CON ENSALADA | PEXIE, OVO, GLUTEN E TRAZAS DE SULFITO | RAXO Ó FORNO CON PATACA E VERDURIÑAS | PESCADA EN SALSA VERDE CON ARROZ | PEIXE | |
| | FROITA | IOGUR | LÁCTEOS | FROITA | FROITA | FROITA | |
| | 13-nov | 14-nov | 15-nov | ALÉRXENOS | 16-nov | ALÉRXENOS | |
| | | | | | | | |
| | LENTELLAS ESTUFADAS CON CHOURIZO | GLUTEN | CREMA DE COLIFLOR | LÁCTEOS | XUDIAS CON OVO | OVO | |
| | PEITUGA A PRANCHA CON ENSALADA | TRAZAS DE SULFITO | PASTA CON SALSA BOLOÑESA | GLUTEN, TRAZAS DE OVO | PESCADA Á GALEGA CON PATACA | PEIXE | |
| | IOGUR | LÁCTEOS | FROITA | FROITA | FROITA | FROITA | |
| | 20-nov | 21-nov | 22-nov | ALÉRXENOS | 23-nov | ALÉRXENOS | |
| | | | | | | | |
| | CHICHAROS CON XAMÓN | SOPA DE PIÑÓN E POLO | GLUTEN E TRAZAS DE OVO | ENSALADA MARIÑEIRA | PEIXE, MOLUSCOS E TRAZAS DE SULFITO | FABADA VEXETAL | |
| | PAVO A CAZADORA CON VERDURAS E ARROZ | PESCADA O FORNO CON PATACA E VERDURITA | PEIXE | GUIZO DE CARNE CON PASTA | GLUTEN E TRAZAS DE OVO | LOMBO A PRANCHA CON VERDURIÑAS E ARROZ | |
| | FROITA | FROITA | FROITA | IOGUR | FROITA | FROITA | |
| | 27-nov | 28-nov | 29-nov | ALÉRXENOS | 30-nov | ALÉRXENOS | |
| | | | | | | | |
| | SOPA DE VERDURAS MINISTRONE (CON LEGUMES) | CREMA DE BRÉCOL | LÁCTEOS | XUDIAS SALTEADAS | OVO | FAXIÑAS DE YORK E QUEIXO | |
| | VENTRESCA DE PESCADA O FORNO CON PATACA | PEIXE | HAMBURGUESA CON MACARRONS E SALSA DE TOMATE | OVO, GLUTEN, TRAZAS DE SOIA, TRAZAS DE FROITOS SECOS, TRAZAS DE MOSTAZA, TRAZAS DE APIO | POLO ASADO CON ARROZ | FILETE DE PESCADA REBOZADA CON ENSALADA | |
| | FROITA | IOGUR | LÁCTEOS | FROITA | FROITA | FROITA | |
| | | | | | | | NUTRICIONISTA: ANA ISABEL FERNÁNDEZ ESCUREDO. Nº COL:GA:00117 |