

MENÚ MES DE MARZO



VENRES 1				
				Menestra Tortilla de patacas Froita 5,9
LUNS 4	MARTES 5	MÉRCORES 6	XOVES 7	VENRES 8
Brocoli con allada Milanesa de polo con patacas Froita 5,7	Cous cous con verduras Peixe fresco con guarnición logur 1,7,9	Xudías con ovo e chourizo Tallarines tres delicias Froita 5,7	Lentellas vexetais Empanada mariñeira logur 1,7,9	Ensalada tropical Coello ao forno con guarnición Froita
LUNS 11	MARTES 12	MÉRCORES 13	XOVES 14	VENRES 15
Tomate con sardiñas Guiso de pavo con verduras e patacas Froita 1	Fabada Peixe fresco con guarnición logur 1,5,7,9	Coliflor con xamón gratinada Hamburguesa con patacas fritidas Froita 9	Crema de cenoura Arroz con chocos logur 1,9	Ensaladilla rusa Pizza Froita 1,5,7,9
LUNS 18	MARTES 19	MÉRCORES 20	XOVES 21	22/10/23
Grellos salteados Zorza con cachelos Froita	Quinoa con verduras Peixe fresco con guarnición logur 1,9	Ensalada de garabanzos Polo con ensalada Froita 1,5	Crema de verduras Caldeirada de peixe logur 1,9	Guisantes con xamón Macarróns con terneira Froita 5,7

** Non podemos precisar que peixe é, xa que o mercamos fresco do día. Irá acompañado de pasta, ensalada, arroz ou verduras.*

ALÉRXENOS

- | | | |
|--------------------------|-------------------------------|--------------|
| 1. Peixes e moluscos | 5. Ovos | 9. Lácteos |
| 2. Crustáceos e mariscos | 6. Sementes de sésamo | 10. Sulfitos |
| 3. Apio | 7. Cereais con glute ou trigo | 11. Soia |
| 4. Mostaza | 8. Cacahuetes, froitos secos | |