

# MENÚ NOVEMBRO



		MÉRCORES 1	XOVES 2	VENRES 3
		<b>FESTIVO</b>	Crema de verduras Peixe fresco e guarnición logur 1,9	Revolto de setas e xamón Zorza con patacas Froita 5
LUNS 6	MARTES 7	MÉRCORES 8	XOVES 9	VENRES 10
Xudias con ovo cocido Carne richada con patacas Froita 1,7,9	Quinoa con verduras Peixe fresco con guarnición logur 5,7,9,10	Ensalada tropical Lasaña Froita 1,2,5,9	Sopa de peixe Milanesa de polo con ensalada logur 7,9	<b>ESPECIAL MAGOSTO:</b> Sopa Bolo preñado Froita
LUNS 13	MARTES 14	MÉRCORES 15	XOVES 16	VENRES
Menestra de verduras Tortilla de patacas con ensalada Froita 5	Queixo de Arzúa e xamón serrano Peixe fresco con guarnición logur 1,9	Lentellas Arroz con polo Froita 1,7,9	Crema de verduras Peixe fresco con guarnición logur 1,7,9	Brocoli con allada Xamón asado con patacas fritas Froita
LUNS 20	MARTES 21	MÉRCORES 22	XOVES 23	VENRES 24
Coliflor con xamón Pavo con patacas Froita 3	Cous cous con verduras Peixe fresco con guarnición logur 1,7,9	Crema de verduras Pasta con atún Froita 1,7	Sopa de estrelas Peixe fresco con guarnición logur 1,5,7,9	Guisantes con xamón Coello guisado con patacas Froita
LUNS 27	MARTES 28	MÉRCORES 29	30/10/23	
Ensalada mixta Guiso de terneira e setas Froita 3	Fabada Peixe fresco con guarnición logur 1,7,9	Crema de cabaza Pasta carbonara Froita 3,7,9	Arroz con verduras Peixe fresco con guarnición logur 1,7,9	

*\* 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. Cacahuets, froitos secos   |              |