

# MENÚ MES DE OUTUBRO



LUNS 2	MARTES 3	MÉRCORES 4	XOVES 5	VENRES 6
Guisantes con xamón Pasta con polo e salsa de champiñón Froita 5,7,9	Arroz con verduras Peixe fresco con gornición logur 1,3,9	Ensalada mixta Secreto de porco con patacas Froita 1,5	Ensaladilla Peixe fresco con gornición logur 1,9	Revolto de grelos Carne richada con cachelos Froita 5
LUNS 9	MARTES 10	MÉRCORES 11	XOVES 12	VENRES 13
Menestra Carrilleras con patacas Froita	Cous cous con verduras Peixe fresco con gornición logur 1,7,9	Ensalada mixta Polo asado con patacas fritas Froita 1,5	<b>FESTIVO</b>	<b>NON LECTIVO</b>
LUNS 16	MARTES 17	MÉRCORES 18	XOVES 19	VENRES 20
Sopa Carne ó caldeiro Froita 5,7	Ensalada de pasta Peixe fresco con gornición logur 1,5,9	Melón con xamón Pizza Froita 7,9,10	Fabada Peixe fresco con gornición logur 1,5,7,9	Brocoli con allada Zorza con cachelos Froita
LUNS 23	MARTES 24	MÉRCORES 25	XOVES 26	VENRES 27
Menestra Espaguetis boloñesa Froita 5,7	Caldo galego Peixe fresco con gornición logur 1,9	Crema de zenoira Coello guisado con patacas Froita 3	Empanada Peixe fresco con gornición Flan 1,7,9,5	Brocoli Costela de porco asada con patacas Froita
LUNS 30	MARTES 31			
Tomate con sardiñas Guiso de tenreira con setas Froita 1	Ensalada tropical Peixe fresco con gornición logur 1,9			

*\* 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
2. Crustáceos e mariscos
3. Apio
4. Mostaza

5. Ovos
6. Sementes de sésamo
7. Cereais con glute ou trigo
8. Cacahuetes, froitos secos

9. Lácteos
10. Sulfitos
11. Soia