
































## ABRIL 2018- alérxico a pesca MENÚ PRIMA VERA / VERÁN

| LUNES  |   | MARTES  |   | MIÉRCOLES                                       |   | JUEVES  |   | VIERNES   |   |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| DÍA 2  |   | DÍA 3   |   | DÍA 4   |   | DÍA 5   |   | DÍA 6   |   |
|  |   | ENSALADA DE REMOLACHA, MILLO, CENORIAS E CEBOLA |   | TOSTAS DE TOMATE E QUEIXO                       |   | ENSALADA DE TOMATES CON MEXILLÓNS                           |    | ENSALADA DE PASTA   |   |
|  |   | GUIZO DE TENREIRA CON PATACAS E VERDURAS        |   | LURAS CON ARROZ E VERDURA                       |    | FILETE DE POLO A PRANCHA CON PATACAS                        |   | LOMO A PRANCHA CON VERDURAS                                 |   |
|  |   | FROITA ENTEIRA                                  |   | FROITA ENTEIRA                                  |   | IOGUR NATURAL   |    | FROITA ENTEIRA  |   |
| <b>CENAS</b>   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|  |   | Ensalada mixta+ Hamburguesa de polo+ froita     |   | Filete de pavo+ pisto de verduras+ lacteo       |   | Tortilla francesa+ champiñóns+ froita                       |   | Sándwich de xamon e queixo+ froita                          |   |
| DÍA 9  |   | DÍA 10  |   | Día 11  |   | DÍA 12  |   | Día 13  |   |
| OVOS COCIDO CON MAYONESA                                 |    | EMSPANADILLAS DE PAVO                           |       | ENSALADA DE REMOLACHA, MILLO, CENORIAS E CEBOLA |   | ENSALADA DE TOMATE, LEITUGA, CEBOLA, PATACAS, MILLO E OIVAS |   | PISTO DE VERDURAS   |   |
| ENSALADA DE FABAS CON VERDURA                            |   | LENTELLAS CON XAMÓN E CHOURIZO                  |   | Croquetas de polo e ensalada de pemento         |    | PAVO AO FORNO CON MACARRÓNS E VERDURAS                      |   | FILETE DE TENREIRA CON LEITUGA                              |   |
| FROITA ENTEIRA   |   | FRESAS, KIWI OU LARANXA                         |   | FROITA ENTEIRA                                  |   | FROITA ENTEIRA  |   | FROITA ENTEIRA  |   |
| <b>CENAS</b>   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Ensalada mixta+ Peixe a prancha+ lacteo                  |   | Pisto+ lomo a prancha + froita                  |   | Salteado de verduras+ filete de pavo+ froita    |   | Ensalada mixta+ salmón + lacteo                             |   | Crema de cenoria+ croquetas+ froita                         |   |
| DÍA 16   |   | DÍA 17  |   | DÍA 18  |   | DÍA 19  |   | DÍA 20  |   |
| PURÉ DE CABAZA E CABACIÑA                                |   | CREMA FRÍA DE ALLOS PORROS CON PATACAS          |   | CREMA DE VERDURAS                               |   | MELÓN CON XAMÓN   |   | ENSALADA DE TOMATE, LEITUGA, CEBOLA, QUEIXO FRESCO E OLIVAS |    |
| LASAÑA DE CARNE PICADA CON TOMATE                        |    | CARNE DE TENREIRA ESTUFADA CON ARROZ E VERDURAS |   | LOMO A PRANCA CON PATACAS COCIDAS               |   | FIDEÚA DE POLO CON VERDURAS                                 |   | PAVO AO FORNO CON PATACAS E VERDURAS                        |   |
| IOGUR NATURAL  |    | FROITA ENTEIRA                                  |   | FROITA ENTEIRA                                  |   | IOGUR NATURAL   |    | FROITA ENTEIRA  |   |
| <b>CENAS</b>   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Roños de xamón e queixo+ froita                          |   | Ensalada mixta + lacteo                         |   | Menestra de verduras con ovo cocido+ froita     |   | Filete de polo con tomate a prancha + froita                |   | Hamburguesa de tenreira + tomate + lácteo                   |   |
| Día 23   |   | DÍA 24  |   | DÍA 25  |   | DÍA 26  |   | DÍA 27  |   |
| ENSALADA CLÁSICA(leituga, tomate, cebola) CON OVO COCIDO |    | PISTO DE VERDURAS                               |   | Ensalada rusa <b>SEN ATÚN</b>                   |     | Ensalada de tomate, leituga, cebola, queixo fresco e olivas |    | CREMA DE CABACIÑA   |   |
| ARROZ CON LURAS  |    | TENREIRA ASADA CON ESPAGUETES E CENORIAS        |   | Lomo con patacas                                |   | Polo ao forno con arroz e verduras                          |   | Tortilla de espinacas e champiñóns                          |    |
| FROITA ENTEIRA   |   | FROITA ENTEIRA                                  |   | Froita enteira                                  |   | Froita enteira  |   | Froita enteira  |   |
| <b>CENAS</b>   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Salteado de verduras+ pavo+lacteo                        |   | Tortilla francesa+ champiñóns+ froita           |   | sándwich de xamón e queixo + froita             |   | Lomo a prancha con cabaciña+ froita                         |   | Puré de patacas+ POLO a prancha+froita                      |   |
| Día 30   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Salmorejo (tomate, aceite de oliva, pan e xamón)         |    |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Ensalada de garavanzos con arroz                         |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| logur natural  |    |   |   |   |   |   |   |   |   |
| <b>CENAS</b>   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Ensalada mixta+ tenreira +lácteo                         |   |   |   |   |   |   |   |   |   |



Gluten



Crustáceos



Huevos



Pescado



Cacahuetes



Soja



Lácteos



Frutos de cáscara



Dióxido de azufre y sulfitos



Moluscos



Altramuces



Apio



Mostaza



Granos de sésamo