
































# MENÚ ESCOLAR XANEIRO 2024



LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
Ensalada mixta de leituga, cenoira, olivas, ovo duro e queixo  Espaguetis con salsa boloñesa  Froita fresca	Crema de verduras de tempada Pescada á romana con pataca cocida  logur natural 	Lentellas estofadas con verduras Pizza caseira con tomate, mozzarella e xamón  Froita fresca	Pastelón de bonito  Caldo galego  Froita fresca	Coliflor con xamón  Salmón á prancha con pataca cocida  logur natural 
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
Chícharos con ovo, cenoira e allada  Arroz con polo e verduriñas Froita fresca	Brócoli con xamón  Bacallau ao forno con pataca panadeira  Froita fresca	Sopa de fideos con polo e verduriñas  Tortilla española con ensalada de leituga e cebola  logur ecolóxico 	Crema de verduras de tempada Lasaña caseira de carne  Froita fresca	Fabas estofadas con verduras Paella de marisco  logur natural 
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>
Menestra de verduras con ovo  Guiso de tenreira Froita fresca	Arroz 3 delicias  Salmón ao forno con pataca panadeira e pementos  Froita fresca	Garavanzos estofados con espinacas Pavo adobado salteado con ensalada de tomate e cebola logur natural 	Ensaladiña rusa  Pescada á galega  Froita fresca	Sopa de peixe con fideos e verduriñas  Polo ao allión con ensalada de leituga, tomate e cebola Macedonia de froitas frescas
<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>		
Crema de verduras de tempada Solombo de porco á prancha con pataca cocida Froita fresca	Espaguetis con salsa de tomate caseira e atún  Guiso de bacallau con pataca e verduriñas  logur natural 	Caldo de repolo  Pastelón caseiro de xamón e queixo  Froita fresca		

\*As elaboracións con froitos secos serviranse exentas destes a nenos/as menores de 5 anos

Menús elaborados por Olga Yanes Marqués, dietista-nutricionista col nº GA00113