

MENÚ ESCOLAR XANEIRO 2024 – exento de porco e derivados



LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
8	9	10	11	12
Ensalada mixta de leituga, cenoira, olivas, ovo duro e queixo 	Crema de verduras de tempada Pescada á romana con pataca cocida 	Lentellas estofadas con verduras Pizza caseira con tomate, mozzarella e pavo 	Pastelón de bonito Caldo galego s/ carne Froita fresca	Coliflor con ovo Salmón á prancha con pataca cocida logur natural
15	16	17	18	19
Chícharos con ovo, cenoira e allada Arroz con polo e verduriñas Froita fresca	Brócoli con ovo 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 de tenreira Froita fresca	Fabas estofadas con verduras Paella de marisco logur natural
22	23	24	25	26
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
29	30	31		
Crema de verduras de tempada Peituga de pavo 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 Torrada de pavo 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