



MENÚ MAIO 2018. COMIDAS

PRIMEIRA SEMANA				
	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA	DATA
MARTES	NON LECTIVO	NON LECTIVO	NON LECTIVO	01/05/18
MÉRCORES	Crema de verduras	Arroz con costela e chícharos	Flan	02/05/18
XOVES	Caldo galego	Filete de polo á prancha con ensalada de tomate	Amorodos	03/05/18
VENRES	Sopa de fideos	Tortilla de pataca con ensalada	Uvas	04/05/18
SEGUNDA SEMANA				
LUNS	Macarróns con tomate	Bacallao á prancha con ensalada	Pera	07/05/18
MARTES	Ensaladiña rusa	Hamburguesa con ensalada	logur bebible	08/05/18
MÉRCORES	Lentellas estofadas	Sardiniñas con ovo cocido e coliflor	Uvas	09/05/18
XOVES	Puré de verduras	Albóndegas con arroz branco	Plátano	10/05/18
VENRES	Entrantes fríos (xamón serrano, pavo, aceitunas)	Pescada en salsa verde con pataca cocida.	Macedonia de froitas natural	11/05/18
TERCEIRA SEMANA				
LUNS	Sopa de cocido	Carne de cocido con verduras e pataca	Tarta de Santiago	14/05/18
MARTES	Empanada de bonito	Zorza con patacas e ensalada	Queixo con marmelo	15/05/18
MÉRCORES	Caldo galego	Pescada á galega con chícharos e cenoira	Biscoito	16/05/18
XOVES	NON LECTIVO	NON LECTIVO	NON LECTIVO	17/05/18
VENRES	NON LECTIVO	NON LECTIVO	NON LECTIVO	18/05/18
CUARTA SEMANA				
LUNS	Pizza	Costela ó forno con xudías	logur	21/05/18
MARTES	Ensalada de garavanzos	Bonito á prancha con ensalada	Amorodos	22/05/18
MÉRCORES	Espaguete con tomate, gratinados con queixo	Polo ó forno con ensalada	Xeado	23/05/18
XOVES	Crema de verduras	Lasaña de carne e tomate	Arroz con leite caseiro	24/05/18
VENRES	Ensalada con queixo fresco e ovo cocido	Chipiróns en salsa con patacas panadeira	Plátano	25/05/18
QUINTA SEMANA				
LUNS	Fabas estofadas con verduziñas	Salmón á prancha con pataca cocida e ensalada	Amorodos con iogur	28/05/18
MARTES	Arroz 3 delicias	Lacón asado ó forno con ensalada	Melocotón en almíbar	29/05/18
MÉRCORES	Ensalada de tomate, queixo fresco, pavo, ovo cocido, mazá e nozes	Espaguete con gambas	Macedonia de froitas natural	30/05/18
XOVES	Crema de verduras	Paella de marisco	Xeado	31/05/18



MENÚ MAIO 2018.PROPOSTA DE CEAS

PRIMEIRA SEMANA				
	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA	DATA
MARTES	NON LECTIVO	NON LECTIVO	NON LECTIVO	01/05/18
MÉRCORES	Pasta con tomate e Xarda á prancha		Froita	02/05/18
XOVES	Ensalada mixta	Ovo revolto	logur	03/05/18
VENRES	Arroz con verduras e bacallao fresco		logur	04/05/18
SEGUNDA SEMANA				
LUNS	Guiso de xudías, pataca e peixe azul		logur	07/05/18
MARTES	Lenguado á prancha con salteado de espinacas e cogumelos		Froita	08/05/18
MÉRCORES	Hortalizas á prancha gratinadas con queixo	Polo á prancha	logur	09/05/18
XOVES	Pasta ó allo con mexillóns e ensalada de tomate		logur	10/05/18
VENRES	Sopa de arroz	Tortilla de verduras con ensalada de tomate	logur	11/05/18
TERCEIRA SEMANA				
LUNS	Polo salteado con garavanzos cocidos e ensalada de folla verde		Froita	14/05/18
MARTES	Troita ó forno con verduras e arroz basmati		Froita	15/05/18
MÉRCORES	Pasta con salsa de tomate caseira e ovo revolto		Froita	16/05/18
XOVES	NON LECTIVO	NON LECTIVO	NON LECTIVO	17/05/18
VENRES	NON LECTIVO	NON LECTIVO	NON LECTIVO	18/05/18
CUARTA SEMANA				
LUNS	Arroz con verduras, chícharos e sardinilla		Froita	21/05/18
MARTES	Ensalada mixta.	Ovos recheos de bonito	logur	22/05/18
MÉRCORES	Guiso de patacas, verduras e pescado		logur	23/05/18
XOVES	Coello ó forno con verduras e ensalada de folla verde		Froita	24/05/18
VENRES	Sopa de verduras e Sándwich (ó gusto)		logur	25/05/18
QUINTA SEMANA				
LUNS	Fideuá de verduras e carne picada		Froita	28/05/18
MARTES	Bacalada ó forno con verduras e pataca		logur	29/05/18
MÉRCORES	Ensalada de arroz salvaxe, verduras e atún		logur	30/05/18
XOVES	Polo ó forno con pisto de verduras e pataca asada		Froita	31/05/18

ESTE MENÚ PODE SUFRIR LIXEIRAS VARIACIÓNS SEGUNDO NECESIDADES.

ESTÁ SUPERVISADO POLA NUTRICIONISTA ROSA GARCÍA-JUNCEDA

FERNÁNDEZ.