








































Menú escolar adaptado

Exento de carne de porco e derivados

- Decembro 2018 -

	Luns 3	Martes 4	Mércores 5	Xoves 6	Venres 7
Xantar	Crema de cabaza (cabaza, alloporro, cenoira e nata) 	Empanada de atún  	Fideuá con mexilóns  		
	Polo ao forno con patacas panadeira e verduras	Lentellas con verduras	Tortilla española con ensalada de follas verdes, tomate, maíz doce e olivas  	NON LECTIVO	NON LECTIVO
	Froita fresca	Froita fresca	logur natural 		
	10	11	12	13	14
	Pastel ao forno de brócoli con queixo e cecina en taquiños   	Crema de verduras (cabaciña, cebola, alloporro, cenoira e espinacas)	Macarróns integrais con champiñóns e atún gratinados con bechamel   	Croquetas de polo caseiras   	Xudías en salsa con ovo relado 
	Pescada á galega 	Arroz con costela de tenreira	Hamburguesa de tenreira á prancha con ensalada de follas verdes   	Potaxe de garavanzos con bacallau e espinacas 	Raxo de polo con pementos e patacas fritidas
	Macedonia de froitas de tempada	logur sabores 	Froita fresca	logur natural 	Froita fresca
	17	18	19	20	21
	Ensalada de follas verdes, pera, noces e queixo de cabra relado con vinagreta doce   	Repolo salteado con ovo, pataca e allada  	Empanada de bacallau  	Macarróns integrais con boloñesa de polo 	Sopa de fideos con polo e verduras  
	Marmitako de salmón 	Peituga de polo á prancha con ensalada de tomate, cebola e olivas	Fabas estofadas con verduras	Pescada ao forno con verduras de tempada 	Garavanzos con cachelos e grelos
	logur natural 	logur sabores 	Froita fresca	Froita fresca	Postre de Nadal 