































MENÚ ESCOLAR SETEMBRO 2022 – exento de porco e derivados



LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	24
19	20	21	22	23
Brócoli con allada	Arroz 3 delicias    	Lentellas con verduras	Sopa de fideos 	Crema de verduras de tempada
Polo ao forno con pataca e verduriñas	Pescada á galega 	Pizza caseira con tomate, mozzarella e pavo   	Hamburguesa de tenreira á prancha con ensalada de leituga  	Salmón ao forno con pataca panadeira 
logur bebible 	Froita fresca	Froita fresca	logur natural 	Froita fresca
26	27	28	29	30
Espaguetis con salsa de tomate caseira e atún  	Caldo de repolo 	Xudías verdes con ovo cocido  	Crema de verduras de tempada	Ensalada campeira de pataca, sardiñas, tomate e aguacate  
Raxo de pavo con ensalada de leituga 	Pescada á romana con ensalada de tomate e cebola    	Arroz con polo e verduriñas	Tortilla española con champiñóns ao aliño 	Costela de tenreira ao forno con ensalada de leituga 
Froita fresca	logur natural 	Froita fresca	logur ecolóxico 	Macedonia de 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