











































Menú escolar

Exento de porco e derivados

- Maio 2019 -

| | Luns | Martes | Mércores | Xoves | Venres | |
|---------------|--|---|--|---|---|---|
| | | | 1 | 2 | 3 | |
| Xantar | | | NON LECTIVO | | Sopa de fideos con verduras  | |
| | | | | Caldo de repolo | Bacallau ao forno con pataca panadeira e pementos asados  | |
| | | | | Peituga de polo á prancha con ensalada de tomate e cebola  | logur sabores  | |
| | | | | Froita fresca | | |
| | | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| | | Brócoli con allada e pataca  | Chícharos con ovo relado  | Ensalada de arroz branco con piña, gambas, maíz doce e noces con vinagreta  | Lentellas con verduras | Macarróns con champiñóns en salsa e ovo relado  |
| | Albóndigas de tenreira en salsa de tomate con espaguetis  | Salmón ao forno con pataca panadeira e pementos asados  | Tortilla española con ensalada de follas verdes  | Peituga de pavo á prancha con ensalada de tomate e aguacate  | Pescada á romana con espárragos brancos e maionesa  | |
| | Froita fresca | logur natural  | Froita fresca | Froita fresca | logur sabores  | |

| | Luns | Martes | Mércores | Xoves | Venres | |
|---------------|--|---|--|---|---|--|
| | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | |
| Xantar | Arroz branco con atún e salsa de tomate caseira  | Ensalada temperá de pataca con xarda en lata, ovo e pementos  | Ensalada de bonito, tomate, aguacate e kiwi  | Coliflor con bechamel  |  DÍA DAS LETRAS GALEGAS | |
| | Peituga de polo á prancha con ensalada de piña e aguacate | Garavanzos con espinacas | Lasaña de carne de tenreira  | Polbo con cachelos  | | |
| | logur natural  | Froita fresca | logur natural  | Natillas caseiras  | | |
| | 20 | 21 | 22 | 23 | | 24 |
| | NON LECTIVO | Crema de verduras  | Fabas estofadas con verduras | Ensalada de follas verdes, pera, noces e queixo de cabra con vinagreta  | | Pasta con brócoli ao gratén  |
| | | Hamburguesa de tenreira á prancha con patacas fritidas  | Pizza caseira de tomate, queixo, cecina e champiñóns  | Marmitako de bonito  | Pescada en salsa verde con chícharos e pataca cocida  | |
| | | logur natural  | Froita fresca | logur sabores  | Froita fresca | |
| | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | |
| | Ensalada de follas verdes con mango, mozzarella, noces e cecina  | Xudías en salsa con ovo relado  | Ensalada de pasta con tomate, cenoira, chícharos, olivas, atún, queixo e maionesa  | Chícharos con ovo relado  | Lentellas con verduras | |
| | Arroz con polo e verduriñas | Bacallau á prancha con cachelos e allada  | Escalopíns de tenreira á prancha con ensalada de follas verdes  | Chipiróns encebolados con arroz branco  | Tortilla española con ensalada de tomate e cebola  | |
| logur sabores | Froita fresca | logur natural | Queixo con marmelo | 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