





















































Menú escolar

Exento de porco e derivados

- Xaneiro 2019 -

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
	7	8	9	10	11
Xantar	NON LECTIVO	Crema de verduras (cabaciña, cebola, alloporro, cenoira e espinacas)	Ovos recheos de atún con maionesa  	Sopa de fideos con polo e verduras 	Lentellas con verduras
		Arroz con costela (tenreira)	Fabada asturiana 	Bacallau ao forno con pataca panadeira e pementos asados 	Tortilla campesiña (ovo, pataca, pementos, cabaciña e cebola) con ensalada de follas verdes  
		logur natural 	Froita fresca	logur sabores 	Froita fresca
	14	15	16	17	18
	Ensalada de tomate, sardiñas en lata e queixo fresco   	Crema de alloporro e coliflor (alloporro, coliflor, cenoira, pataca e caldo)	Pizza caseira de atún   	Xudías en salsa con ovo cocido  	Lasaña de carne (tenreira) con espinacas, salsa de tomate e bechamel    
	Estofado de tenreira con verduras e puré de pataca  	Chipiróns encebolados con arroz branco 	Caldo galego (sen carne) 	Polo ao forno con ensalada de follas verdes, tomate, leituga e aguacate 	Pescada á galega 
	Froita fresca	logur sabores 	Froita fresca	logur natural 	Froita fresca

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
	21	22	23	24	25
Xantar	Paella de marisco 	Crema de cabaza (cabaza, cenoira, alloporro, pataca, nata e sal) 	Sopa de cocido con ovo relado 	Ensalada de tomate, queixo fresco, améndoas e aguacate 	Brécol gratinado ao forno con bechamel 
	Peituga de pavo á prancha con ensalada de follas verdes, cebola e noces 	Salmón ao forno con pataca panadeira e pementos asados 	Xamonciños de polo con cachelos e grelos 	Potaxe de garavanzos con bacallau e espinacas 	Tallaríns integrais con salsa boloñesa (tenreira) 
	Froita fresca	logur sabores 	logur natural 	Froita fresca	Froita fresca
	28	29	30	31	1
	Repolo con pataca cocida, allada e ovo cocido 	Ensalada de pasta, zanahoria relada, tomate, mexillóns, atún e maionesa 	Revolto de setas con gambas 	Empanada de polo 	Crema de verduras (cabaciña, cenoira, alloporro e espinacas)
	Polo ao allión con ensalada de follas verdes, tomate, cebola e olivas 	Escalopíns de tenreira rebozados con guarnición de chícharos, cenoira e champiñóns con allada 	Arroz con bacallau 	Fabas con sepia 	Tenreira á xardiñeira 
	logur natural 	Froita fresca	logur natural 	Froita fresca	logur sabores 