

MENÚ DO COMEDOR ESCOLAR DO CEIP "XOSÉ LUIS TABOADA" OUTUBRO DO 2020

LUNS		MARTES		MÉRCORES		XOVES		VENRES	
						1	1. Lentellas. 2. Polo asado con ensalada de leituga. 3. Froita.	2	1. Chícharos con pavo.7,12 2. Espaguetes con atún.1,4,12 3. Froita.
5	1. Crema de cabaza.7 2. Guiso de carne. 3. Froita.	6	1. Ovo cocido con sardiñas.3,12 2. Milanesa con ensalada de tomate.12 3. Froita.	7	1. Croquetas de pavo 1,7,12,3 2. Merluza á prancha con leituga. 3. logur.7,12	8	1. Sopa de fideos.1 2. Tortilla de pataca con ensalada de leituga.3,12 3. Froita.	9	1. Calamares.1,3,12 2. Espaguetes con carne.1,12 3. Froita.
12	NON LECTIVO	13	1. Torrada de paté.1,4,7,12,14 2. San xacobo con p/f 3. Froita.	14	1. Potaxe. 2. Abadexo con de ensalada 3. tomate.1,3,4 Froita	15	1. Sardiñas con tomate.4,12 2. Hamburguesa con ensalada e p/f.1,3,7 3. Froita	16	1. Sopa de fideos.1 2. Albóndega con arroz e tomate frito.1,3,4,12 3. Froita.
19	1. Crema de verduras. 2. Merluza á prancha con ensalada de tomate e leituga.4 3. Mazá.	20	1. Cocido.12 2. logur.7,12	21	1. Cabala con tomate.4,12 2. Macarróns con carne.1,12 3. Laranxa.	22	1. Sopa de fideos.7 2. Paella de marisco.4,12,14 3. Pera.	23	1. Xudías con pavo.7,12 2. Albóndega con ensalada de tomate e p/f..1,3,4 3. Mazá.
26	1. Sopa de letras.1 2. Carne richada con p/c. 3. Kiwi.	27	1. Lentellas. 2. Palometa con tomate e ensalada. 3. Pera.	28	1. Cabala con tomate.4,12 2. Arroz cubana.3,12 3. Pera.	29	1. Sopa de fideos.1 2. Limanda con de ensalada 3. tomate.1,3,4. Mazá.	30	1. Empanada de atún. 1,4,12 2. Bolo preñado. 3. Castañas.

ALÉRXENOS

1 GLUTÉ 2 CRUSTÁCEOS 3 OVO 4 PEIXE 5 CACAHUETES 6 SOJA 7 LÁCTEOS 8 FROITOS SECOS 9 APIO 10 MOSTAZA 11 SÉSAMO 12 SULFITOS 13 ALTRAMUZ 14 MOLUSCOS

