



# OUTUBRO 2023



Outono quente,  
trae o demo no ventre.

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
2 <ul style="list-style-type: none"> <li>Macarróns gratinados</li> <li>Pavo á prancha con ensalada</li> <li>logur</li> </ul>	3 <ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada completa</li> <li>Solombo con puré.</li> <li>Piña en almibre</li> </ul>	4 <ul style="list-style-type: none"> <li>Empanadillas</li> <li>Salpicón de peixe, ovo e cenoria</li> <li>Queixo con marmelo</li> </ul>	5 <ul style="list-style-type: none"> <li>Salteado de setas con xamón</li> <li>Migas de bacallao con arroz</li> <li>logur</li> </ul>	6 <ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada mixta</li> <li>Costeleta con patacas fritidas.</li> <li>Froita</li> </ul>
9 <ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de porro</li> <li>Pasta boloñesa</li> <li>Froita</li> </ul>	10 <ul style="list-style-type: none"> <li>Coliflor</li> <li>Pescada en salsa verde</li> <li>Palmeira de chocolate</li> </ul>	11 <ul style="list-style-type: none"> <li>Xudías con xamón</li> <li>Luras á romana con tomate</li> <li>logur</li> </ul>	12 <b>NON LECTIVO</b>	13 <b>NON LECTIVO</b>
16 <ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de cabaciña</li> <li>Macarróns con carne</li> <li>Froita</li> </ul>	17 <ul style="list-style-type: none"> <li>Empanada de xamón e queixo</li> <li>Peixe espada á prancha con ensalada</li> <li>logur</li> </ul>	18 <ul style="list-style-type: none"> <li>Chícharos con xamón</li> <li>Lasaña de polo</li> <li>Froita</li> </ul>	19 <ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa</li> <li>Filete de pescada con pataca cocida e con ensalada de tomate</li> <li>logur</li> </ul>	20 <ul style="list-style-type: none"> <li>Caldo galego</li> <li>Albóndigas con arroz</li> <li>Flan</li> </ul>
23 <ul style="list-style-type: none"> <li>Tallaríns con champiñóns</li> <li>Tortilla</li> <li>Froita</li> </ul>	24 <ul style="list-style-type: none"> <li>Brócoli</li> <li>Fideo c/polo</li> <li>Natillas</li> </ul>	25 <ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de cenoria</li> <li>Bacallao ao forno</li> <li>Froita</li> </ul>	26 <ul style="list-style-type: none"> <li>Croquetas</li> <li>Potaxe de fabas</li> <li>logur</li> </ul>	27 <ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa</li> <li>Pavo á prancha con patacas</li> <li>Froita</li> </ul>
30 <ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de verduras</li> <li>Spaguetti con froitos do mar</li> <li><b>S/GAMBAS</b></li> <li>Froita</li> </ul>	31 <ul style="list-style-type: none"> <li>Panini</li> <li>Polo ao forno con guarnición</li> <li>logur</li> </ul>			

**Queridos pais/nais** Lembrámoslles que esta previsión pode estar suxeita a modificacións por razóns imprevistas ou para os casos cos alumnos que sofren intolerancias alimentarias. Así como que **o pagamento do comedor debe efectuarse nos cinco primeiros días de cada mes.**

Podedes consultar toda a información do comedor na páxina web do colexio: <http://www.edu.xunta.es/centros/ceipmestremmanuelgarcia/>