



Instituto de Educación Secundaria “O Mosteirón” DECEMBRO 2023

No comedor escolar subministranse **verduras e hortalizas de orixe ecolóxico e de proximidade, e peixe fresco de temporada.**

1ª Semana

2ª Semana

Luns 27		Luns 4	Xudías guisadas con ovo cocido Peixe con ensalada de tomate logur
Martes 28		Martes 5	Sopa de fideos con verdura Rotti con pataca frita Froita
Mérc. 29		Mérc. 6	
Xoves 30		Xoves 7	
Venres 1	Arroz con polo Peixe con ensalada mixta Froita	Venres 8	

3ª Semana

4ª Semana

Luns 11	Empanada Peixe con pataca frita e ensalada de leituga Froita	Luns 18	Brócoli guisada. Ovos fritos con patacas fritidas e salsa de tomate Froita
Martes 12	Verdura de temporada Albóndegas con arroz Froita	Martes 19	Arroz tres delicias Milanesa de porco con ensalada mixta Froita
Mérc. 13	Crema de verduras Tortilla de patacas con salsa de tomate Froita	Mérc. 20	Lentellas Peixe con ensalada de leituga Froita
Xoves 14	Garavanzos con espinacas e cenoria Luras en salsa con arroz Froita	Xoves 21	Menú especial
Venres 15	Fideuá Filete de polo rebozado con ensalada mixta Froita	Venres 22	

-A froita depende da temporada.

-Tanto a froita como os iogures poderá ser variados segundo as existencias.

-Os menús poderán ser modificados en caso de necesidade do servizo.