



Instituto de Educación Secundaria "O Mosteirón" MENÚ NOVEMBRO 2022

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

1ª Semana

2ª Semana

Luns 31		Luns 7	Xudías Tenreira a xardineira con arroz Froita
Martes 1		Martes 8	Lentellas Peixe con ensalada Froita
Mérc. 2	Espaguetes con atún Tortilla francesa con ensalada Froita en almibre	Mérc. 9	Crema de verduras Polo con patacas Froita
Xoves 3	Garavanzos con espinacas Sardiniñas con ensalada de tomate logur	Xoves 10	Brócoli Tortilla de patacas con ensalada de tomate logur
Venres 4	Sopa con verduras Polo asado con patacas Froita	Venres 11	Caracoliños á boloñesa Peixe con ensalada Froita

3ª Semana

4ª Semana

Luns 14	Minestra Tenreira asada con patacas Froita	Luns 21	Sopa con verduras Tenreira en salsa con patacas Froita
Martes 15	Fabada Peixe con ensalada de tomate Froita en almibre	Martes 22	Arroz tres delicias Calamares con ensalada Froita
Mérc. 16	Coliflor Raxo de porco con patacas Froita	Mérc. 23	Lentellas Tortilla de patacas con ensalada de tomate Froita
Xoves 17	Paella Peixe con ensalada logur	Xoves 24	Champiñóns con allo Albóndegas con pasta Froita
Venres 18	Callos Tortilla francesa con ensalada de tomate Froita	Venres 25	Fideuá Peixe con ensalada de tomate logur

5ª semana

Luns 28	Chícharos con xamón Tortilla española logur
Martes 29	Crema de verduras Zorza con patacas Froita
Mérc. 30	Espaguetes boloñesa Peixe con ensalada Froita

-A froita depende da temporada.

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

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