



Instituto de Educación Secundaria "O Mosteirón" MENÚ Xuño 2023

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

1ª Semana

2ª Semana

Luns 29		Luns 5	Arroz tres delicias. Luras con ensalada de leituga. Froita.
Martes 30		Martes 6	Fabada. Tortilla de ovo con ensalada mixta. Froita
Mérc. 31		Mérc. 7	Crema de verduras. Albóndegas con patacas fritidas. Froita.
Xoves 1	Lentellas. Tiras de polo rebozadas con ensalada de leituga. Froita.	Xoves 8	Ensalada de pasta. Pescado con ensalada de tomate. logur.
Venres 2	Ensaladilla con maionesa. Sardinillas con ensalada de tomate. Froita.	Venres 9	Lacón asado con patacas fritidas e ensalada mixta. Froita.

3ª Semana

4ª Semana

Luns 12	Verdura de temporada. Rotti con patacas fritidas. Froita en almibre.	Luns 19	Arroz con polo. Tortilla de ovo con ensalada mixta. Froita.
Martes 13	Garavanzos. Pescado con ensalada. logur	Martes 20	Ensaladilla con maionesa. Milanesa de polo con ensalada de tomate. logur/Froita
Mérc. 14	Verdura de temporada. Tenreira con verduras e arroz. Froita.	Mérc. 21	Menú festa.
Xoves 15	Pasta con atún. Tortilla de pataca con ensalada mixta. logur.	Xoves 22	
Venres 16	Empanada. Pescado con pataca cocida e ensalada de tomate. Froita.	Venres 23	

-A froita depende da temporada.

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

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