

**MENÚ OUTUBRO 2021**

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
				<b>1</b> Sopa de fideos (cebola, porro, apio, cenoria, polo). Xudías con ovos, patacas e chourizo cocido.   Mandarina 
<b>4</b> Coliflor con ovos cocidos e aceite en cru. Guiso de polo arroz (cebola, alio, pemento, cenoria).  Pera	<b>5</b> Fabada (cebola, alio, pemento, cenoria, chourizo). Pescada fresca á romana con ensalada mixta.   logur  	<b>6</b> Sopa de fideos (cebola, porro, apio, cenoria, polo). Costela de porco ao forno con ensalada mixta.   Plátano	<b>7</b> Crema de cenoria (cebola, alio, porro, apio, cenoria, pataca). Bacallau ao forno con patacas panadeiras (cebola, pemento).   Flan de vainilla 	<b>8</b> Chícharos con xamón (cebola, aceite). Pavo salteado con verduras e espaguetes (cebola, alio, cabaciña, cenoria e champiñóns). 
<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b> Potaxe de lentellas (cebola, alio, pemento, cenoria, chourizo). Peitugas de polo empanadas con arroz branco.   Mazá	<b>14</b> Acelgas cocidas con xamón e aceite en cru. Fideúa de peixe sapo e gambas (cebola, alio, pemento, tomate)    logur 	<b>15</b> Sopa de fideos (cebola, porro, apio, cenoria, polo). Ragout de tenreira guisado con patacas fritidas (cebola, alio, pemento, cenoria, cabaciña, champiñóns, chícharos)   Plátano
<b>18</b> Crema de verduras (cebola, alio, porro, apio, cenoria, pataca, acelgas Chuletas de pavo á prancha con arroz branco.  Mandarina	<b>19</b> Ensalada mixta (leituga, tomate, cebola, cenoria, olivas, millo, remolacha). Salmón ao forno con patacas panadeiras (cebola, pemento).   logur	<b>20</b> Brécol con ovos cocidos e aceite en cru. Polo asado con ensalada mixta. 	<b>21</b> Potaxe de garavanzos (cebola, alio, pemento, cenoria, chourizo). Guiso de choco con arroz (cebola, alio, pemento, tomate).    Cremas de vainilla	<b>22</b> Crema de cabaza (cebola, alio, porro, apio, cenoria, pataca, cabaza). Espaguetes boloñesa (cebola, alio, pemento, tomate, cenoria, carne de tenreira e porco, queixo).   Plátano 
<b>25</b> Crema de cenoria (cebola, alio, porro, apio, cenoria, pataca). Carne richada con arroz branco (cebola, alio, pementón)  Mazá	<b>26</b> Fabada (cebola, alio, pemento, cenoria, chourizo). Cabra de altura á romana con ensalada mixta.     logur	<b>27</b> Chícharos con xamón (cebola, aceite). Lasaña de carne (cebola, alio, pemento, cenoria, tomate, carne de tenreira e porco, salsa bechamel e queixo).   Laranxa	<b>28</b> Sopa de fideos (cebola, porro, apio, cenoria, polo). Polbo á feira con patacas cocidas.   logur   	<b>29</b> Potaxe de lentellas (cebola, alio, pemento, cenoria, chourizo). Polo agridoce con arroz branco (cebola, alio, marmelada de amorodo, salsa de soia).   Plátano

En base ao regulamento (UE) 1169/2011 DO PARLAMENTO EUROPEO E DO CONSELLO do 25 de outubro de 2011 sobre a información alimentaria facilitada ao consumidor informase que os nosos menús poden conter : cereais con gluten, froitos secos, soia, apio, cacahuetes, peixe, altramuces, moluscos, sulfitos, mostaza, ovo, crustáceos, leite e sésamo.

En base ao R.D. 126/215, do 27de febreiro, polo que se aproba a norma xeral relativa á información alimentaria dos alimentos que se presentan sen envasar para colectividades.