





















































# MENÚ OUTUBRO 2023



LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
<p><b>2</b></p> <p>Crema de cenoria (cebola, porro, apio, allo, cenoria, pataca). Paella de polo (cebola, allo, pemento, cenoria). Froita de tempada</p> <p> </p>	<p><b>3</b></p> <p>Ensalada mixta (leituga, tomate, cebola, cenoria, olivas, remolacha, millo). Salmón ao forno con patacas panadeiras (cebola, pemento). Froita de tempada</p> <p> </p>	<p><b>4</b></p> <p>Lentellas (cebola, allo, pemento, cenoria, apio, chourizo). Guiso de tenreira con pasta (cebola, allo, pemento, cenoria, tomate). Froita de tempada</p> <p> </p>	<p><b>5</b></p> <p>Acelgas cocidas con xamón e aceite en cru. Guiso de choco con arroz branco (allo, cebola, pemento, tomate). logur</p> <p>  </p>	<p><b>6</b></p> <p>Sopa de fideos (cebola, porro, apio, cenoria, polo). Costela ao forno con ensalada mixta. Froita de tempada</p> <p> </p>
<p><b>9</b></p> <p>Crema de verduras (cebola, porro, allo, apio, cenoria, acelgas). Chuletas de pavo adobadas á prancha con arroz branco. Froita de tempada</p> <p></p>	<p><b>10</b></p> <p>Fabada (cebola, allo, apio, pemento, cenoria, chourizo). Pescada fresca á romana con ensalada mixta. Froita</p> <p>   </p>	<p><b>11</b></p> <p>Sopa de fideos (cebola, porro, apio, cenoria, polo). Estofado de tenreira con patacas (cebola, allo, pemento, cenoria, tomate). logurt</p> <p>  </p>	<p><b>12</b></p>	<p><b>13</b></p> <p>Brécol con ovos cocidos e aceite en cru. Espaguetes boloñesa (cebola, allo, pemento, cenoria, tomate, queixo, carne de porco e tenreira). Froita de tempada</p> <p>  </p>
<p><b>16</b></p> <p>Chícharos con xamón (cebola, aceite). Carne richada con arroz branco (cebola, allo, pementón). Froita de tempada.</p>	<p><b>17</b></p> <p>Potaxe de garavanzos (cebola, allo, apio, pemento, cenoria e chourizo). Fideuá de peixe sapo e gambas (cebola, allo, pemento, tomate, cenoria). Froita de tempada.</p> <p>   </p>	<p><b>18</b></p> <p>Ensalada de sardinillas (leituga, tomate, cebola, millo). Ragout de tenreira guisado con patacas e verduras (cebola, allo, pemento, cenoria, cabaciña, champiñóns). logurt</p> <p> </p>	<p><b>19</b></p> <p>Crema de cabaza (cebola, porro, apio, allo, cenoria, cabaza, pataca). Bacallau á vizcaína con arroz branco (cebola, pemento, cenoria). Froita de tempada.</p> <p> </p>	<p><b>20</b></p> <p>Sopa de fideos (cebola, porro, apio, cenoria, polo). Xudías con ovos, patacas e chourizos cocidos. Froita de tempada</p> <p>  </p>
<p><b>23</b></p> <p>Crema de cenoria (cebola, porro, apio, allo, cenoria, pataca). Polo agridoce con arroz branco (cebola, allo, marmelada de ameixa, salsa de soia). Froita de tempada</p> <p> </p>	<p><b>24</b></p> <p>Lentellas (cebola, allo, pemento, cenoria, apio, chourizo). Cabra de altura á andaluza con ensalada mixta. Froita de tempada</p> <p>  </p>	<p><b>25</b></p> <p>Coliflor con ovos cocidos e aceite en crú. Guiso de tenreira con pasta (cebola, allo, pemento, cenoria, tomate). logurt</p> <p>  </p>	<p><b>26</b></p> <p>Sopa de fideos (cebola, porro, apio, cenoria, polo). Pescada á mariñeira con patacas (cebola, tomate, chícharos, gambas, perexil). Froita de tempada</p> <p>   </p>	<p><b>27</b></p> <p>Acelgas cocidas con xamón e aceite en cru. Polo ao forno con ensalada mixta. Froita de tempada</p>
<p><b>30</b></p> <p>Crema de verduras (cebola, porro, allo, apio, cenoria, acelgas). Polo salteado con verduras e pasta (cebola, allo, cabaciña, cenoria, champiñóns). Froita de tempada</p> <p> </p>	<p><b>31</b></p> <p>Fabada (cebola, allo, apio, pemento, cenoria, chourizo). Bertorella ao forno con patacas panadeiras. Froita de tempada</p> <p> </p>			

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 infórmase que os nosos menús poden conter : cereais con gluten, froitos secos, soia, apio, cacahuets, peixe, altramuces, moluscos, sulfitos, mostaza, ovo, crustáceos, leite e sésamo.

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