

MENÚ DE SETEMBRO CURSO 22/23

			8 Ensalada de pasta. Lomo adobado a plancha con gornición. Froita.	9 Brócolo co xamón Empanada caseira de sardiñas. Piña en xarope.
12 Ensalada completa. Zanco de polo ao forno e patacas asadas. Froita.	13 Ensaladilla rusa. Pescada á romana con ensalada. logur.	14 Arroz 3 delicias. Solombo a plancha con verduras. Froita.	15 Ensalada con froitas. Fideos con ameixas e mexillóns. Xelatina.	16 Menestra de verduras. Hamburguesa de terneira con patacas fritas. Froita.
19 Coliflor refogada. Terneira guisada con macarróns. Froita.	20 Lentellas. Tortilla de patacas con ensalada. logur.	21 Chicharos refogados con xamón. Rissoto de mariscos. Pexego en xarope	22 Crema de cabaza. Ás de polo ao forno con patacas palla. Arroz con leite.	23 Espaguetes con gambas e champiñóns. Salmón fresco a plancha con ensalada. Froita.
26 Paninis de xamón e queixo. Peituga de polo con verduras. Froita.	27 Ensalada morna. Atún á rioxana con arroz. Queixo con marmelo.	28 Brócoli con cenoria. Terneira asada con patacas cocidas. Froita	29 Ensalada mixta. Macarróns con atún e tomate. logur.	30 Xudias e cenorias refogadas. Pizza caseira de xamón e queixos. Froita.