



"En xaneiro, abrígate con dúas capas e un sombreiro"

CURSO: 2023-24

XANEIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
8	9	10	11	12
Crema de verduras Macaróns c/atún gratinados Roscón de Reis	Ensalada mixta Arroz c/carne Froita	Lentellas Lirios c/tomate logur	Xudías c/chorizo Peituga de polo c/patacas Froita	Crema de cabaza Xada ao forno c/pataca panadeira Froita.
15	16	17	18	19
Crema de cenoria "Alitas" de polo c/patacas logur	Sopa Hamburguesa de tenreira c/arroz branco Froita	Potaxe de garavanzos Bacallao á galega Froita	Empanada de atún Tortilla c/ensalada Froita	Crema de porros Calamares c/tomate Froita.
22	23	24	25	26
Crema de verduras Lomo á laranxa c/patacas logur	Caldo galego Arroz á cubana Froita	Sopa Pescada á romana c/ensalada Froita	Croquetas Guiso de tenreira c/cenoria, champiñóns Froita	Fabas vexetais Salmón c/tomate Froita.
29	30	31		
Brócoli c/ovo cocido Fideuá logur	Sopa Musliño de polo c/salteado de coliflor Froita	Panini de xamón e queixo Lubina ao forno c/tomate Froita		

Existe unha ficha técnica para cada menú que informa, tanto dos ingredientes coma das substancias ou produtos que causan alerxias e intolerancias. Pode consultarse na sección de comedor da web do colexio www.edu.xunta.gal/centros/ceipramallosa

Os menús do alumnado que presenta algunha alerxia ou intolerancia elabóranse exclusivamente para eles.

Lembren que deben devolver os xustificantes de pago do mes de decembro **"Exemplar para a administración"** **Antes do día 20 de xaneiro.**
Grazas pola súa colaboración.