

MENÚ NOVEMBRO 2023



**SG: SEN
GLUTE SL:
SEN LACTOSA**



O - OVO



L - LÁCTEO



P - PEIXE



G - GLUTE



C - CRUSTÁCEO



M - MOLUSCO



NOTA: ESTE MENÚ PODE SUFRIR MODIFICACIÓNS PUNTUAIS DEBIDAMENTE XUSTIFICADAS

				XOVES 2	VENRES 3
				CHÍCHAROS CON XAMÓN (cebola, aceite de oliva) RAGÚ DE TENREIRA CON CACHELOS FROITA DE TEMPADA	CREMA DE CENORIA (cebola, porro, allo, cenoria, pataca) PIZZA CON MASA DE ELABORACIÓN CASEIRA (G-L) (tomate, queixo e xamón) IOGUR (L) SL: FILETE DE POLO CON ARROZ
LUNS 6	MARTES 7	MÉRCORES 8	XOVES 9	VENRES 10	
SOPA DE FIDEOS (G) (porro, cenoria) ALBÓNDEGAS CON ARROZ BRANCO FROITA DE TEMPADA	XUDIÁS CON OVO COCIDO (O) (Pataca, aceite de oliva) ESPAGUETES BOLOÑESA (G) (tenreira, tomate, cebola) IOGUR (L)	FABADA CON CHOURIZO (cebola, allo, pemento) PESCADA CON ENSALADA MIXTA (P) FROITA DE TEMPADA	CREMA DE VERDURAS (cebola, porro, allo, cenoria, acelga) MILANESA CON PATACAS (O-G) IOGUR (L)	TORRADA DE QUEIXO DE ARZÚA (G-L) CHIPIRÓNS GUIADOS CON ARROZ (M) FROITA DE TEMPADA SL: XAMÓN SERRANO	
LUNS 13	MARTES 14	MÉRCORES 15	XOVES 16	VENRES 17	
LENTELLAS CON CHOURIZO (G) (cebola, allo, pemento, cenoria) CHULETAS DE PAVO CON VERDURAS SALTEADAS IOGUR (L) SG: SOPA DE FIDEOS	TORRADA DE ATÚN E OVO(P- O-G) LASAÑA DE ELABORACIÓN PROPIA(G-L) FROITA DE TEMPADA SG-SL: PASTA BOLOÑESA	POTAXE DE GARAVANZOS (cebola, allo, pemento cenoria, chourizo) (G) BACALLAU CON ENSLADA (P) IOGUR (L)	REVOLTO DE COGOMELOS CON XAMÓN SERRANO (O) POLO AO FORNO CON PATACAS FROITA DE TEMPADA	EMPANADA GALEGA (G) (tenreira, cebola, pemento, tomate) PAELLA MARÍÑEIRA CON CHIPIRÓNS E GAMBAS (M-C) FROITA DE TEMPADA SG: CREMA DE VERDURAS	
LUNS 20	MARTES 21	MÉRCORES 22	XOVES 23	VENRES 24	
XUDIÁS, CHÍCHAROS E CENORIAS CARNE RICHADA CON PATACAS COCIDAS FROITA DE TEMPADA	FABADA CON CHOURIZO (cebola, allo, pemento, cenoria) PESCADA CON ENSALADA MIXTA(P) IOGUR (L)	SOPA DE ESTRELAS (G) (cebola, porro, cenoria, polo) LOMBO DE PORCO Á PRANCHA CON BRECOL E CENORIA FROITA E TEMPADA	DELICIAS DE XAMÓN COCIDO E QUEIXO (L) MACARRÓNS CON ATÚN (P-G) (cebola, allo, pemento, tomate) IOGUR (L)	CREMA DE CENORIA (cebola, porro, allo, pataca) FILETE DE HAMBURGUESA DE TENREIRA GALEGA CON ARROZ BRANCO FROITA DE TEMPADA	
LUNS 27	MARTES 28	MÉRCORES 29	XOVES 30	Pendente a data do MAGOSTO. O menú para ese día será: EMPANADA DE ATÚN (G) BOLO DE PAN CON SALCHICHA (G-L) MANDARINA CASTAÑAS ASADAS	
REVOLTO DE ESPINACAS CON GAMBAS E XAMÓN (O-C) POLO GUIADO CON MACARRÓNS (G) FROITA DE TEMPADA	LENTELLAS CON CHOURIZO (G) (cebola, allo, porro, pemento, cenoria) PEIXE Á ROMANA CON ENSALADA MIXTA (G-O) IOGUR (L) SG: GARAVANZOS	SOPA DE LETRAS (G) (cebola, porro, cenoria, polo) ZORZA CON CACHELOS FROITA DE TEMPADA	CREMA DE VERDURAS (cebola, porro, allo, cenoria, acelga) XAMÓN ASADO CON ARROZ BRANCO IOGUR (L)		

