

MENÚ ESCOLAR DO CURSO 2020-21 DO C.E.I.P. PLURILINGÜE DE SAN ROQUE DARBO

SETEMBRO



			XOVES 10	VENRES 11
			<ul style="list-style-type: none"> - LENTELLAS VEXETAIS. - TALLARÍNS CON ATÚN. - IOGUR. 	<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADA DE LEITUGA, TOMATE, MILLO, OVO, CENORIA E OLIVAS. - TENREIRA CON ARROZ . - FROITA.
LUNS 14	MARTES 15	MÉRCORES 16	XOVES 17	VENRES 18
<ul style="list-style-type: none"> - ACELGAS COCIDAS CON CENORIAS E ALLADA. - ESPAGUETES CON ATÚN. - FROITA. 	<ul style="list-style-type: none"> - SOPA. - TORTILLA DE PATACAS CON ENSALADA DE BROTES, TOMATES CHERRY, MILLO, CENORIA, CEBOLA E OLIVAS. - IOGUR. 	<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADA DE AGULLAS, TOMATE, CEBOLA E OLIVAS. - XAMONCIÑOS DE POLO AO FORNO CON ARROZ EN BRANCO. - FROITA. 	<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADA MIXTA: LEITUGA, TOMATE, ESPÁRRAGOS, QUEIXO FRESCO, MILLO, CENORIA, CEBOLA E OLIVAS. - PESCADA Á GALEGA. - IOGUR. 	<ul style="list-style-type: none"> - CREMA DE CABAZA. - OSSOBUCCO DE PORCO CON MAZÁS E MACARRÓNS. - FROITA.
LUNS 21	MARTES 22	MÉRCORES 23	XOVES 24	VENRES 25
<ul style="list-style-type: none"> - SOPA. - ZORZA CON PATACAS FRITIDAS . - FROITA. 	<ul style="list-style-type: none"> - BRÉCOL CON OVO COCIDO E ALLADA. - MARMITAKO. - IOGUR. 	<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADA GREGA: TOMATE, QUEIXO FRESCO E OLIVAS NEGRAS . - POLO CON FIDEO. - FROITA. 	<ul style="list-style-type: none"> - CREMA DE CABACIÑA. - LOMBO DE PESCADA AO FORNO CON SALSA DE PEMENTOS E ARROZ EN BRANCO. - IOGUR. 	<ul style="list-style-type: none"> - PASTA CON PISTO. - CHURRASCO CON LEITUGA E TOMATE. - FROITA.
LUNS 28	MARTES 29	MÉRCORES 30		
<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADA CRUNCH: LEITUGA, QUEIXO FRESCO, CEBOLA, MILLO E QUIKOS. - FILETE DE PEITUGA DE POLO CON ARROZ EN BRANCO E SALSA DE TOMATE. - FROITA. 	<ul style="list-style-type: none"> - MELÓN CON XAMÓN. - SALMÓN FRESCO AO FORNO CON PATACAS FRITIDAS. - IOGUR. 	<ul style="list-style-type: none"> - CREMA DE VERDURAS. - GUISO DE CARNE DE TENREIRA CON HORTALIZAS. - FROITA. 		

Todos os días pan (con opción de pan integral e de centeo) auga e/ou leite semidesnatado.