

Comedor escolar

Curso  
2018-19

Abril

DÍAS		1º PRATO		2º PRATO		SOBREMESA	
Luns	1	Chícharos c/xamón e ovo cocido (chícharos, xamón, ovo duro)		Troita asalmonada c/arroz en branco e ensalada (Troita asalmonada, con arroz en branco)		Froita	
Martes	2	Menestra de verduras (coliflor, xudías, alcachofa, cenoria, acelga, espinaca)		Tortilla española c/ensalada (patacas, ovos, leituga e tomates)	 	Iogur natural	
Mércores	3	Caldo galego (carne de tenreira, chourizo, fabas, patacas, verdura de tempada)		Milanesa de tenreira c/pataca cocida (Filete de tenreira rebozado en fariña con pataca cocida)		Froita	
Xoves	4	Pizza (tomate, atún, queixo, champiñóns, xamón)	   	Pescada en salsa verde c/pataca cocida e ensalada (pescada, allo, perexil, pataca cocida e leituga e tomates)	 	Queixo c/marmelo	
Venres	5	Crema de cenoria (pataca, cenoria, cebola)		Filete de polo a prancha c/ensalada (Filete de polo con leituga e tomates)		Froita	
Luns	8	Fabada (fabas, pataca, chourizo)		Macarróns con boloñesa de pavo (carne de pavo, pasta, cebola, tomate)	 	Iogur natural	
Martes	9	Ensaladilla rusa (pataca, cenoria, ovo, atún, maionesa)	  	Xamón asado c/patacas chips (Xamón de porco, cebola, viño branco e patacas fritidas)		Macedonia de froitas	
Mércores	10	Potaxe de garavanzos c/verduras e chourizo (garavanzos, espinacas, cenorias, chourizo)		Abadexo á romana c/ arroz en branco e ensalada (Peixe sapo rebozado, arroz, leituga e tomates)	  	Iogur bebible	
Xoves	11	Empanada de atún (cebola, atún)	 	Calamares c/ensalada (calamares, leituga, cebola, tomate)	 	Froita	

Venres	12	Ensalada mixta (leituga, atún, ovo, millo, espárrago)	  	Fideuá (fideo, polo, allo, pemento verde)		Froita	
<b>VACACIÓNS SEMANA SANTA</b>							
Martes	23	Ensalada de pasta (pasta, atún, ovo, millo, cenoria, tomates)	   	Estofado de tenreira á xardineira (carne de tenreira, cebola, chícharos, cenoria, patacas)		Froita	
Mércores	24	Crema de cenoria (pataca, cenoria, cebola)		Bacallao á galega c/patacas ao vapor e ensalada (bacallao, perexil, cebola, patacas, leituga e tomates)	 	Natillas	
Xoves	25	Crema de espinacas (pataca, espinacas, cebola)		Paella mixta (arroz, gambas, ameixas, mexillóns, guisantes e polo)	  	Froita	
Venres	26	Caldo galego (carne de tenreira, chourizo, fabas, patacas, verdura de tempada)		Salmón ao forno c/patacas ao vapor c/ ensalada (Salmón, patacas ao vapor, leituga e tomates)	 	Iogur natural	
Luns	29	Sopa de fideos (fideos)		Zorza c/pataca cocida (chourizo, patacas)		Froita	
Martes	30	Ensalada mixta (leituga, atún, ovo, millo, espárrago)	  	Churrasco c/pataca frita (costela de porco, allos, pataca)		Copa de chocolate	

\*A froita será variada e de tempada.

\*\*Este menú pode sufrir variacións en función do mercado.

\*\*\*Neste menú inclúense os alérxenos presentes en cada prato. No caso de intolerancia a algún alimento, debe informarse á cociña para que se coñeza e establezan as medidas para evitar as trazas e/ou adaptar o menú.