



XUNTA DE GALICIA

CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

CEIP PLURILINGÜE DE SIGÜEIRO

Avda. Grabanxa, 43 Sigüeiro – Oroso 15888
Telf. 881 866202 Fax 881 866206

ceip.sigüeiro@edu.xunta.es

www.edu.xunta.gal/centros/ceipsigüeiro/

Comedor escolar

Curso
2018-19

Decembro

DÍAS		1º PRATO		2º PRATO		SOBREMESA	
Luns	3	Potaxe de garavanzos c/verduras e chourizo (caldo de carne, garavanzos, espinacas, cenorias, chourizo)	 	Peixe sapo á xardineira c/patacas cocidas (peixe sapo, cebola, cenorias, chícharos, patacas)		Natillas	
Martes	4	Sopa de fideos (fideos, caldo de carne)	 	Cocido (repolo, garavanzos, porco, tenreira, pataca, unto, chourizos)		Froita	
Mércores	5	Crema de cabaciña (pataca, cabaciña, cebola)		Tortilla española c/ensalada (patacas, ovos)		Iogur	
Xoves	6	DIA NON LECTIVO					
Venres	7	DIA NON LECTIVO					

Luns	10	Ensalada mixta (leituga, atún, ovo, millo, espárrago)	 	Macarróns c/boloñesa de pavo (carne de pavo, cebola, tomate)		Froita	
Martes	11	Coliflor c/ovo (coliflor, ovos)		Bacallau ao forno c/patacas ao vapor (bacallau, cebola, patacas)		Copa de chocolate	
Mércores	12	Lentellas vexetais c/chourizo (lentellas, espinacas, cenorias, chourizo)	 	Guiso de tenreira c/hortalizas (carne de tenreira, cebola, cenorias, chícharos, patacas)		Macedonia de froitas naturais	
Xoves	13	Chícharos c/xamón e ovo cocido (chícharos, xamón, ovo duro)		Pescada á romana c/ensalada mixta (pescada, ovo, patacas)	 	Iogur	
Venres	14	Caldo galego (carne de tenreira, chourizo, fabas, patacas, verdura de tempada (nabizas, repolo)		Calamares c/ensalada (calamares, leituga, cebola, tomate)		Flan	



XUNTA DE GALICIA

CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

Avda. Grabanxa, 43 Sigüeiro – Oroso 15888
Telf. 881 866202 Fax 881 866206

ceip.sigüeiro@edu.xunta.es

www.edu.xunta.gal/centros/ceipsigüeiro/

CEIP PLURILINGÜE DE SIGÜEIRO

Luns	17	Ensalada mixta (leituga, atún, ovo, millo, espárrago)	 	Salmón ao forno c/pataca cocida (salmón, cebola, pemento verde, tomate, chícharos, cenoria, patacas)	 	Pexego en almíbar	
Martes	18	Fabada vexetal c/chourizo (fabas, espinacas, cenorias, chourizo)		Peituga de polo á prancha c/ensalada (peituga de polo, leituga, cebola, tomates)		Queixo c/marmelo	
Mércores	19	Crema de cenoria (pataca, cenoria, cebola, caldo de carne)		Espaguetis c/atún e tomate (espaguetis, atún, tomate)	 	Iogur bebible	
Xoves	20	Pizza (tomate, atún, queixo, champiñóns, xamón)	 	Abadexo á prancha c/arroz en branco (abadexo, arroz)	 	Froita	
Venres	21	Langostinos cocidos (langostinos, laurel, sal)		Churrasco c/pataca frita (costela de porco, allos, pataca)		Turrón e froita	

VACACIÓNS

BO NADAL

*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.



SOIA



PEIXE



MOSTAZA



MOLUSCOS



LÁCTEOS



OVOS



SÉSAMO



GLUTE



FROITOS
DE CASCA



SULFITOS



CRUSTÁCEOS



CACAHUETES



APIO



ALTRAMUCES