

MENÚ DE SETEMBRO 2022

LUNS	MARTES	MERCORES	XOVES	VENRES
			8 <u>Ensaladilla</u> Peituga de polo c/ tomate <u>Iogur</u>	9 <u>Ensalada mixta</u> Peixe c/ patacas <u>Froita</u>
12 <u>Crema de</u> <u>verduras</u> Fideos c/ carne <u>Froita</u>	13 <u>Xudías c/</u> <u>xamón</u> Peixe c/ ensalada <u>Iogur</u>	14 <u>Ensalada de</u> <u>tomate</u> Albóndegas c/ arroz <u>Froita</u>	15 <u>Menestra</u> Lasaña de carne <u>Froita</u>	16 <u>Ensalada mixta</u> Peixe c/ patacas <u>Froita</u>
19 <u>Sopa</u> Guiso de tenreira <u>Froita</u>	20 <u>Ensaladilla</u> Peixe c/ ensalada <u>Froita</u>	21 <u>Empanada</u> Arroz á cubana <u>Iogur</u>	22 <u>Fiambre</u> Pasta c/ atún <u>Froita</u>	23 <u>Lentellas</u> Peixe c/ patacas <u>Froita</u>
26 <u>Menestra</u> <u>Zorza</u> <u>Froita</u>	27 <u>Ensalada de</u> <u>pasta</u> <u>Tortilla</u> <u>Iogur</u>	28 <u>Guisantes c/</u> <u>xamón</u> <u>Polo guisado</u> <u>Froita</u>	29 <u>Ensalada mixta</u> <u>Arroz c/ atún</u> <u>Froita</u>	30 <u>Ovos recheos</u> Peixe c/ patacas <u>Froita</u>

MENÚ DE OUTUBRO 2022

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
3 <u>Fiambre</u> <u>Pasta c/ atún</u> Iogur	4 <u>Empanada</u> <u>Peixe c/ ensalada</u> Froita	5 <u>Ensalada de tomate</u> <u>Pasta boloñesa</u> Froita	6 <u>Sopa</u> <u>Ovos c/ patacas</u> Iogur	7 <u>Lentellas</u> <u>Peixe c/ tomate</u> Froita
10 <u>Ensalada mixta</u> <u>Raxo</u> Froita	11 <u>Sándwich mixto</u> <u>Peixe c/ patacas</u> Froita	12 <p style="text-align: center;">Día da hispanidade</p>	13 <u>Guisantes c/ xamón</u> <u>Arroz c/ atún</u> Froita	14 <u>Ovos recheos</u> <u>Peixe c/ ensalada</u> Iogur
17 <u>Crema de verduras</u> <u>Zorza</u> Froita	18 <u>Ensalada de pasta</u> <u>Peixe c/ ensalada</u> Iogur	19 <u>Lentellas</u> <u>Tortilla</u> Froita	20 <u>Ensalada de tomate</u> <u>Xamón asado</u> Froita	21 <u>Ensalada mixta</u> <u>Pasta c/ atún</u> Froita
24 <u>Sopa</u> <u>Ovos c/ patacas</u> Froita	25 <u>Fiambre</u> <u>Peixe c/ tomate</u> Iogur	26 <u>Empanada</u> <u>Raxo</u> Iogur	27 <u>Ensaladilla</u> <u>Arroz c/ atún</u> Froita	28 <u>Guisantes c/ xamón</u> <u>Peixe c/ ensalada</u> Froita
31 <p style="text-align: center;">Día do ensino</p>				

MENÚ DE NOVIEMBRE 2022

LUNS	MARTES	MERCORES	XOVES	VENRES
	1 Día de todos os Santos	2 Crema de <u>verduras</u> Pasta c/ atún Froita	3 Potaxe de <u>garavanzos</u> Peituga de polo Froita	4 <u>Ensalada mixta</u> Peixe c/ <u>patacas</u> Iogur
7 <u>Sopa</u> <u>Zorza</u> Iogur	8 <u>Guisantes c/ xamón</u> <u>Tortilla</u> Froita	9 <u>Fiambre</u> <u>Arroz c/ atún</u> Iogur	10 <u>Caldo</u> <u>Pasta boloñesa</u> Froita	11 San Martiño (festivo local)
14 <u>Lentellas</u> <u>Arroz á cubana</u> Froita	15 <u>Xudías c/ xamón</u> <u>Peixe</u> Iogur	16 <u>Ensalada mixta</u> <u>Peituga de polo c/ patacas</u> Froita	17 <u>Crema de verduras</u> <u>Macarróns c/ carne</u> Froita	18 <u>Sándwich mixto</u> <u>Peixe c/ ensalada</u> Froita
21 <u>Menestra</u> <u>Guiso de tenreira</u> Iogur	22 <u>Empanada</u> <u>Peixe c/ ensalada</u> Froita	23 <u>Caldo</u> <u>Tortilla</u> Iogur	24 <u>Fabada</u> <u>Pasta c/ atún</u> Froita	25 <u>Lentellas</u> <u>Peixe c/ patacas</u> Iogur
28 <u>Sopa</u> <u>Macarróns c/ carne</u> Froita	29 <u>Potaxe de garavanzos</u> <u>Peixe c/ ensalada</u> Froita	30 <u>Crema de verduras</u> <u>Guiso de polo</u> Iogur		

MENÚ DE DECEMBRO 2022

LUNS	MARTES	MERCORES	XOVES	VENRES
			1 Guisantes c/ <u>xamón</u> Ovos c/ <u>patacas</u> Froita	2 <u>Fiambre</u> Peixe c/ <u>ensalada</u> Iogur
5 <u>Xudías c/</u> <u>xamón</u> Guiso de tenreira <u>Froita</u>	6 Día da Constitución	7 <u>Lentellas</u> Peituga de polo c/ <u>ensalada</u> Iogur	8 Inmaculada Concepción	9 <u>Ensalada mixta</u> Peixe c/ <u>patacas</u> Froita
12 <u>Crema de</u> <u>verduras</u> Macarróns c/ <u>carne</u> Iogur	13 <u>Caldo</u> Peixe c/ <u>patacas</u> Froita	14 <u>Sopa</u> Albóndegas c/ <u>arroz</u> Iogur	15 <u>Menestra</u> <u>Tortilla</u> Froita	16 <u>Sándwich</u> <u>mixto</u> Peixe c/ <u>ensalada</u> Iogur
19 <u>Ensalada mixta</u> <u>Pasta c/ atún</u> Froita	20 <u>Empanada</u> Peixe c/ <u>ensalada</u> Iogur	21 <u>Fabada</u> <u>Ovos c/</u> <u>patacas</u> Froita	22 Menú especial Nadal	