

























































COMEDOR ESCOLAR XANEIRO 2023 - 2024

DÍAS		1º PRATO	2º PRATO	POSTRE
LUNS	8	LENTEJAS 	FIDEOS CON CARNE 	FROITA
MARTES	9	CREMA DE CENORIA	PERCA CON ARROZ   	FROITA
MÉRCORES	10	ENSALADA MIXTA 	ALIÑAS POLO C/ COCIDAS	IOGUR 
XOVES	11	SOPA DE LETRAS	TORTILLA CON ENSALADA  	FROITA
VENRES	12	XUDIAS C/XAMÓN 	MACARRÓN CON ATÚN  	MACEDONIA
LUNS	15	SARDIÑAS C/ LEITUGA  	MACARRÓN BOLOÑESA  	FROITA
MARTES	16	CALDO 	LIROS C/ ARROZ   	IOGUR 
MÉRCORES	17	ENSALADA C/ ATÚN  	RAXO C/ COCIDAS	FROITA
XOVES	18	ENSALADA PASTA    	POLO EMPANADO  	FROITA
VENRES	19	BRECOL CON CHORIZO 	SPAGUETI C/ SALMÓN  	CHOCOLATINA 
LUNS	22	CREMA VERDURAS	FIDEOS C/ CARNE 	FROITA
MARTES	23	FABADA 	MERLUZA ROMANA C/ LEITUGA    	FROITA
MÉRCORES	24	SOPA ESTRELAS 	ARROZ C/ COELLO	IOGUR 
XOVES	25	ENSALADA C/MILLO E CENORIA 	CHURRASCO C/ CRIOLLO E FRITIDAS 	FROITA
VENRES	26	NUGGETS POLO   	FIDEOS C/ AMEIXAS  	FROITA
LUNS	29	CREMA CALABAZA	ALBÓNDIGAS C/ ARROZ   	FROITA
MARTES	30	CALLOS 	FIDEOS C/ MEXILLÓNS  	FLAN 
MÉRCORES	31	ENSALADA 	POLO Ó FORNO C/ COCIDAS	FROITA

A ENCARGADA DE COMEDOR
MARÍA DEL CARMEN SEÑARÍS VIDAL



GLUTE



CRUSTÁCEOS



OVOS



PEIXE



CACAHUETES



SOIA



LÁCTEOS



FROITOS DE
CASCA



APIO



MOSTAZA



SÉSAMO



SULFITOS



MÓLUSCOS



ALTRAMUCES