

















































COMEDOR ESCOLAR MARZO 2022-23

DÍAS		1º PRATO	2º PRATO	POSTRE
VENRES	1	Ovos con tomate e queixo  	Espaguetis con gulas   	Froita
LUNS	4	Lentellas 	Fideos con carne 	Froita
MARTES	5	Sardiñas con leituga  	Troita con arroz 	Froita
MERCORES	6	Brecol con chourizo 	Polo con fritidas	logur 
XOVES	7	Ensalada de pasta     	Filete de porco empanado  	Froita
VENRES	8	Croquetas   	Guiso de luras 	Chocolatina 
LUNS	11	Crema de cenoria	Macarróns boloñesa 	Froita
MARTES	12	Sopa de estrelas 	Merluza salsa verde /cocidas  	Froita
MERCORES	13	Xudías con Xamón 	Aliñas con arroz 	Froita en xarope 
XOVES	14	Ensalada mixta 	Xamón asado con asadas 	Petit suit 
VENRES	15	Empanada de atún  	Fideos con mexillóns   	Froita
LUNS	18	Sopa 	Ragout de tenreira	Froita
MARTES	19	Ensaladilla   	Perca empanada   	Froita
MERCORES	20	Ensalada millo e cenoria 	Zorza con arroz	logur 

XOVES	21	Potaxe 	Tortilla con ensalada 	Froita
VENRES	22	Pizza  	Macarróns con atún  	Xeado    
NON LECTIVO		DO 25 DE MARZO ATA O 1 DE ABRIL	SEMANA SANTA	

A Encargada de Comedor

María del carmen Señarís Vidal

LEITE NO RECREO DENDE O DÍA 1 DE MARZO



GLUTE



CRUSTÁCEOS



OVOS



PEIXE



CACAHUETES



SOIA



LÁCTEOS



FROITOS DE CASCA



APIO



MOSTAZA



SÉSAMO



SULFITOS



MÓLUSCOS



ALTRAMUCES