

C P I V I R X E D O S R E M E D I O S

MENU MENSUAL

novembro

		MÉRCORES 1	XOVES 2	VENRES 3
		FESTIVO	Potaxe de fabas Pescado con arroz Froita 4	Ensalada de mexilóns Macarrón con carne Froita 1,5,8
LUNS 6	MARTES 7	MÉRCORES 8	XOVES 9	VENRES 10
Xudias c/xamón Tenra guisado con pasta Iogur 1,3,8	Lentellas Peixe con pataca cocida Froita 4	Minestra de verduras Pavo guisado con pasta Froita 1	Crema de verduras Peixe con arroz Froita 4	COCIDO (Pataca, repolo garavanzos,xamón chourizos) Froita 4
LUNS 13	MARTES 14	MÉRCORES 15	XOVES 16	VENRES 17
Revolto de espinacas Fidegua con carne Iogur 1,2,3,8	Fabada Peixe con arroz Froita 4	Brócoli con ovo Polo asado con patacas asadas Froita 2	Sopa de fideos Peixe con pataca cocida Froita 1,4	Luras empanadas Tallaríns a boloñesa Froita 1,2,8
LUNS 20	MARTES 21	MÉRCORES 22	XOVES 23	VENRES 24
Chícharos con Xamón Paella de polo Iogur 3,8	Potaxe de garavanzos Peixe con brecol Froita 4	Coliflor con ovo Costela guisada con pasta Froita 1,2,8	Crema de verduras Pescada con pataca Froita 4	Fiambre Pavo guisado con pasta Froita 1,2,8
LUNS 27	MARTES 28	MÉRCORES 29	XOVES 30	
Prato Combinado (Pataca, xudia,ovo, chourizo) Iogur 2,3	Lentellas Espagueti con atún Froita 1, 4	Ensalada Mixta Peituga rebozada con patacas fritidas Froita 1,4	Crema de verduras Pescado con arroz Froita 1,4	



C P I V I R X E D O S R E M E D I O S

MENU MENSUAL

novembro

*Os alimentos elaborados poden conter os seguintes alérxenos:

1. Glutes
2. Ovo
3. Lácteos
4. Pescado
5. Moluscos
6. Crustáceos
7. Apio
8. Sulfitos
9. Cacahuete
10. Soia
11. Froitos secos
12. Sésamo
13. Mostaza
14. Altramuces

Ingredientes dos pratos que se preparan para o Menú.

Fabada: fabas, pataca, cebola, chourizo, cenoria e allo

Arroz con verduras: xudías, chícharos e cenorias

Tallaríns Boloñesa: carne tenra moída, cebola, allo, champiñóns e tomate frito

Crema de cenoria: cenoria, pataca e cebola

Lombo rebozado con arroz: lombo de porco rebozado en fariña e ovo, xunto con arroz cocido con allo e cebola.

Caldo de xudías: xudías, patacas, cebola e allo

Sopa de verduras: fideo, apio, cenoria, xudía, chícharos e pataca

Cocido: repolo, patacas, lacón, garavanzos, chourizo e ovo.

Puré de verduras: brécol, cenoria, pataca e cebola

Fideuá con carne: pasta, carne tenra en tacos, cebola, allo, tomate natural triturado

Caldo galego: repolo, pataca, fabas

Minestra con ovo: xudía, cenoria, chícharos, coliflor, alcachofa

Redondo: carne tenra do redondo con allo e cebola guisada

Lentellas: lentellas, arroz, cebola, chourizo, cenoria e allo

Luras rebozadas: fariña e ovo frito

Arroz caldoso: arroz, polo, xudía, cenoria, chícharo e coller

Pisto de cabaciña: cabaciña, pemento roxo e verde, cenoria, cebola, allo, tomate natural triturado.

Potaxe de garavanzo: garavanzo, pataca, chourizo, cenoria, cebola e allo.

Chipirons : chipirón, allo, cebola e viño.

Carne o caldeiro: carne de tenra cocida

Revolto de gambas con espinacas: Huevina, gambas, espinacas, allo e aceite.

Albóndegas guisadas: Albóndegas, allo, cebola.

Costela guisada: costela de porco, cebola e allo

Ensalada mixta: leituga, cenoria, millo, aceituna, espárrago e cebola.

* Os alimentos cociñados o forno van todos con aceite e cebola