



Instituto de Educación Secundaria “O Mosteirón” Febreiro 2024

No comedor escolar subministranse **verduras e hortalizas de orixe ecolóxico e de proximidade, e peixe fresco de temporada.**

1ª Semana

2ª Semana

Luns		Luns 5	Coliflor á galega. Macarróns con bonito. Froita.
Martes		Martes 6	Fabada. Luras con ensalada mixta. Froita en almibre.
Mérc.		Mérc. 7	Minestra Tortilla á francesa con arroz e salsa de tomate. Froita
Xoves 1	Brócoli. Ovos fritos con arroz e salsa de tomate. Froita.	Xoves 8	Lentellas con verduras. Pescada con ensalada mixta. logur.
Venres 2	Caracoliños boloñesa. Peixe con ensalada mixta. Froita.	Venres 9	Cocido (Sopa de cocido, costela, chourizo, repolo e pataca cocida) Rosquillas.

3ª Semana

4ª Semana

Luns 12		Luns 19	Sopa con verduras. Tenreira á xardineira con arroz. Froita.
Martes 13		Martes 20	Champiñóns ao allo. Raxo de polo con patacas fritidas. Froita.
Mérc. 14		Mérc. 21	Lentellas guisadas con verduras e chourizo. Choupa con fideos. logur.
Xoves 15	Arroz tres delicias. Peixe con ensalada mixta. Froita.	Xoves 22	Crema de verduras Tortilla de patacas con ensalada de tomate. Froita.
Venres 16	Xudías guisadas. Zorza con patacas fritidas. Froita	Venres 23	Pasta boloñesa Peixe con ensalada de leituga. Froita.

5ª semana

Luns 26	Brócoli. Tallaríns á boloñesa. Froita.	<p>-A froita depende da temporada. -Tanto a froita como os iogures poderá ser variados segundo as existencias. -Os menús poderán ser modificados en caso de necesidade do servizo.</p>
Martes 27	Paella Luras con ensalada de leituga. Froita.	
Mérc. 28	Sopa con verduras. Tenreira asada con patacas fritidas. Froita.	
Xoves 29	Garavanzos con espinacas. Peixe con ensalada de leituga. logur	