



C.E.I.P. A PAZ - TINTUREIRA



NOVEMBRO 2023

	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
Semana 1	30/10/2023	31/10/2023	01/11/2023	02/11/2023	03/11/2023
			FESTIVO	SOPA DO DÍA COLIFLOR C/OVO DE PASPALLÁS, CHOURIZO PORCO CELTA E ALLADA FROITA	CREMA DE ESPINACAS ECO E FABAS LASAÑA DE ATÚN FROITA
Semana 2	06/11/2023	07/11/2023	08/11/2023	09/11/2023	10/11/2023
	LENTELLAS CROQUETAS DE POLO CON ARROZ FROITA	CREMA DE VERDURAS ECOLÓXICAS FILETE DE TENREIRA DA SERRA DO SUIDO CON PATACAS FROITA	MINESTRA ESPAGUETES BOLOÑESA FROITA	SOPA DE PASTA PEIXE FRESCO CON ENSALADA IOGUR ECOLÓXICO CON MEL DE GALICIA	CALDO GALEGO PIZZA CASEIRA FROITA
Semana 3	13/11/2023	14/11/2023	15/11/2023	16/11/2023	17/11/2023 MAGOSTO
	SOPA DE AVE TORTILLA FRANCESA CON XAMÓN E ENSALADA FROITA	GARAVANZOS CON VERDURAS TORRADA DE PAN DE CEA CON TENREIRA SERRA SUIDO E QUEIXO DOP ARZÚA-ULLOA FROITA	CREMA DE COLIFLOR CHULETA DE PAVO CON ARROZ AO VAPOR FROITA	PASTA CON TOMATE CASEIRO PEIXE FRESCO CON BRÓCOLI IOGUR ECOLÓXICO	MINESTRA BOLIÑOS DE PORCO CELTA CON FARIÑA DE CASTANAS FROITA
Semana 4	20/11/2023	21/11/2023	22/11/2023	23/11/2023	24/11/2023
	SOPA DE PASTA OVOS RECHEOS CON ENSALADA FROITA	POTAXE DE FABAS DE LOURENZÁ CON ESPINACAS ECOLÓXICAS EMPANADA DE ZORZA CASEIRA FROITA	CREMA DE CABACIÑA POLO GUIADO CON FIDEOS FROITA	COLIFLOR CON ALLADA PEIXE FRESCO CON PATACAS IOGUR ECOLÓXICO	CALDO GALEGO CON KALE HAMBURGUESA CON PAN CASEIRO TARTA DE ANIVERSARIO
Semana 5	27/11/2023	28/11/2023	29/11/2023	30/11/2023	01/12/2023
	LENTELLAS VEXETÁIS EMPANADA DE XAMÓN E QUEIXO FROITA	CREMA DE CABAZA E FABAS BOLIÑOS DE POLO CASEIROS CON PATACAS FROITA	SUSHI VEXETAL PORCO AGRIDOCE FROITA	SOPA DO DÍA PEIXE FRESCO CON ENSALADA IOGUR ECOLÓXICO	

Garante que estos menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade, empregando para eles razas autótonas, produtos de proximidades, de tempada e ecolóxicos.

Revisado: Carlos Sanmartín González
Diplomado en Dietética y Nutrición
Col. num.: GA00154