DECEMBRO 2023

1 2	3 4 5	6 7 8	9 10 11	12 13 14
LUNS	**MARTES**	**MÉRCORES**	**XOVES**	**VENRES**
				1 Coliflor con bechamel 5,8 Variñas de merluza caseiras con ensalada de leituga e granada 2, 6, 8 Iogur 5
4 Lentellas Arroz con ovo e verduras 6, 13 Laranxa	**5** Crema de cabaza Tenreira á xardineira Mazá	**6** **FESTIVO NACIONAL**	**7** **DÍA DO ENSINO**	**8** **FESTIVO NACIONAL**
11 Crema de chícharos Lirios rebozados con ensalada de tomate 2,6,8 Mandarina	**12** Sopa de fideo 8 Repolo cocido con patacas, ovos e chourizo 6 Queixo con caqui 5	**13** Ensalada mixta 2 Pavo ao forno con patacas fritidas 10 Uvas	**14** Potaxe de garavanzos con espinacas Arroz tres delicias (cenoria, chí charo e tortilla francesa) 2,6	**15** Caldo San xacobos con ensalada de cóengos e cenoria relada 6, 8 Mazá
18 Verduras salteadas (Brécol, cenorias e cogumelos) Macarróns con atún 2,8	**19** Ensalada campeira 2 , 6 Ás de polo fritidas con cenoria relada 6, 8 Iogur Ecolóxico de Xanceda 5	**20** Ensalada tropical (leituga, aguacate, queixo e piña) 5 Fabas con ameixas Plátano	**21** **Menú de Nadal** Carpaccio de polbo 4 Melón con xamón Crocante de lagostino 11, 6, 8 Pinchos con queixo 5 Doces de nadal 6, 9	**BOAS FESTAS!**

Slow Food®
Compostela

CEIP CABADA VÁZQUEZ

Información ás familias

No presente curso decidimos participar na campaña COME LOCAL dirixida aos comedores escolares de toda Galicia para promocionar os produtos galegos de proximidade e con indicativo de calidade. Esta campaña, que acada a súa IV edición neste 2023, está impulsada pola Xunta de Galicia a través da Axencia Galega da Calidade Alimentaria. Entre outras cousas, consistirá en achegar ao noso comedor, de forma totalmente gratuíta, varios produtos galegos con certificado de calidade: DOP, IXP e Ecolóxicos de proximidade. Darannos a oportunidade de que os nenos e nenas usuarios do noso comedor poidan degustar varios produtos dunha excelente calidade con orixe Galicia e cunha trazabilidade garantida. Xa comezamos no pasado mes de novembro introducindo nos nosos menús ovos da granxa "Ovos de Volteiro" que comercializan produtos de proximidade e baixo parámetros de benestar animal.

Ao longo do curso, realizaranse cinco pedidos gratuítos correspondentes a esta campaña, comezando xa neste mes coa degustación dos iogures ecolóxicos de Xanceda na xornada do día 19.

Asemade, a campaña contempla tamén formación nutricional e asesoramento ao persoal de cociña e encargados da xestión do comedor escolar, así como accións formativas para o alumnado. Toda esta campaña irá aliñada cos ODS (Obxectivos de Desenvolvemento Sostible) da ONU.

Ovos de Volteiro
-ovos de galiñas criadas en liberdade-