




## MENÚ ESCOLAR: SETEMBRO 2023

DÍA	MENÚ	ACLARACIÓNS
		 
LUNS 11	Lentellas estofadas	Pezuño, osos salados, unto, chourizo, lentellas, repolo, patacas
	Ovos fritos con arroz	<b>Ovo</b> , arroz
	Froita	Froita de tempada
MARTES 12	Sopa de pasta	Caldo, polo, pasta
	Hamburguesa con patacas e ensalada	Carne picada, <b>ovo</b> , patacas, tomate, leituga
	Froita	Froita de tempada
MÉRCORES 13	Crema de cabacín	Patacas, porro, calabacíns, cenoria
	Peixe do día	Peixe
	Froita	Froita de tempada
XOVES 14	Xudías con xamón	Xudías, xamón, tomate
	Polo asado con arroz	Carne de polo, arroz, tomate
	Iogurt	Iogurt
VENRES 15	Ensalada de garavanzos	Garavanzos, leituga, tomate, remolacha, millo, <b>ovo</b>
	Paella	Arroz, peixe, carne
	Froita	Froita de tempada
LUNS 18	Crema de verduras	Patacas, porro, cenorias, calabacíns, verduras
	Tortilla española con ensalada	<b>Ovo</b> , cebola, patacas, leituga, tomate
	Froita	Froita de tempada
MARTES 19	Ensaladilla rusa	<b>Ovo</b> , cebola, pataca, guisantes, cenoria
	Ternera estofada con patacas	Carne, xudias, cebola, patacas, guisantes
	Froita	Froita de tempada
MÉRCORES 20	Lentellas estofadas	Pezuño, osos salados, unto, chourizo, lentellas, repolo, patacas
	Peixe do día	Peixe
	Froita	Froita de tempada
XOVES 21	Ensalada mixta	Leituga, tomate, millo, cebola, remolacha, <b>ovo</b>
	Xamón asado con puré de patacas	Xamón, patacas
	Iogurt	Iogurt
VENRES 22	Sopa de verduras	Caldo, cenoria, porro, calabacín
	Fidegua	Pasta, peixe, carne
	Froita	Froita de tempada
LUNS 25	Garabanzos estofados	Pezuño, osos salados, unto, chourizo, garavanzos, repolo, patacas
	Tortilla de espinacas	<b>Ovo</b> , espinacas
	Froita	Froita de tempada
MARTES 26	Xudías con xamón	Xudías, xamón, tomate
	Peituga de polo á prancha	Carne de polo, patacas, leituga, tomate, cebola
	Froita	Froita de tempada
	Arroz con verduras	Arroz, cebola, pemento, tomate, guisantes, alcachofa, chourizo

<b>MÉRCORES</b>	Peixe do día	Peixe
<b>27</b>	Froita	Froita de tempada
<b>XOVES</b> <b>28</b>	Crema de cenorias	Patacas, porro, calabacíns, cenoria
	Espaguetti á boloñesa	Pasta, carne picada, tomate
	Froita	Froita de tempada
<b>VENRES</b> <b>29</b>	Melón con xamón	Melón, xamón
	Paella	Arroz, peixe, carne
	Froita	Froita de tempada