

MENÚ MAIO

- Todos os menús van acompañados de pan (2) fresco e auga.
- Usamos exclusivamente aceite de oliva virxe extra (AOVE) nas elaboracións e nós aderezos en todos os menús.
- Utilizamos variedade de hortalizas e verduras nas distintas elaboracións procurando que todos os días estén presentes.

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
1	2	1 FESTIVO DIA DO TRABALLO	2 Crema de calabacín con picatostes Peituga de polo empanada con ensalada de leituga e cebola. Froita de tempada (2, 4)	3 Brocoli fervido con AOVE Filete de merluza á romana con puré de patacas. Iogurt bebible (1, 2, 4, 6)
6 Ensalada mixta (leituga, tomate, cebola, cenoria, aceitunas e millo) Ovos fritos á cubana con arroz, tomate e salchichas frescas Froita de tempada (4)	7 Xudías salteadas con allo e taquiños de xamón Albondigas con pataca cocida Froita de tempada	8 Lentellas con verduras e chourizo Bacalao á romana con ensalada de tomate aliñado Iogurt de sabores (1, 6)	9 Ensaladilla rusa (pataca, cenoria, chicharos, xudias, ovo cocido, atún) Guiso de carne de tenreira con verduras Froita de tempada (1, 4)	10 Sopa de fideos Pizza de xamón cocido e bacon Iogurt ecolóxico do REXO (2, 6)
13 Croquetas con ensalada de tomate Aliñas de polo ao allo e perexil con arroz branco Froita de tempada (2, 4)	14 Ensalada de tomate, sardiñas e aceitunas Pasta con atún Iogurt ecolóxico CASA GRANDE XANCEDA (1, 2, 6)	15 Churrasco (costela, criollo, patacas fritidas) con ensalada de leituga e tomate. Froita de tempada	16 Crema de cenoria Paella de pescado Froita de tempada (2,5)	17 FESTIVO DIA DAS LETRAS GALEGAS
20 FESTIVO ESCOLLIDO POLO CENTRO ESCOLAR	21 Ovos recheos (atún e maionesa) Pasta boloñesa Froita de tempada (4, 1, 2)	22 Ensalada mixta (leituga, tomate, cebola, millo, cenoria, aceitunas verdes) aderezada con AOVE, vinagre e sal Filete de merluza á romana con puré de patacas Froita de tempada (1, 2, 4, 6)	23 Arroz tres delicias (chicharos, cenoria, taquiños de xamón, tortilla francesa e gambas) Lomo de porco adobado á prancha con ensalada de leituga e tomate Froita de tempada (1, 4)	24 Chicharos con refrito de allo e xamón cocido Polo guisado con patacas e verduras Xeadó (6)
27 Ensalada de tomate con aceitunas e sardiñas Tortilla de patacas con cebola e salsa de tomate Froita de tempada (1, 4)	28 Ensalada de mixta (leituga, tomate, caebola, cenoria, aceitunas e atún) Paella de carne Iogurt ecolóxico CASA GRANDE XANCEDA (1,6)	29 Crema de verduras con picatostes Hamburguesa mixta con leituga, tomate, cebola e queixo en boliño de pan Froita de tempada (2, 1, 4,5)	30 Ensalada de pasta (ovo cocido, atún e maionesa) Bacalao á romana con ensalada de tomate aderezado con sal e AOVE Froita de tempada (2, 1, 4)	31 Sopa de fideos Peituga de polo empanada con patacas fritidas Xeadó (2,4, 6)

TÁBOA DE ALÉRXENOS

PEIXE (1)	GLUTEN (2)	FROITOS SECOS(3)	OVO(4)	SÉSAMO(5)	LACTOSA(6)