

MENÚ MARZO

- 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 Crema de calabacín (calabacín , porro e pataca) Pasta boloñesa Brocheta de uvas e queixo (2, 6)
4 Croquetas de xamón con ensalada de tomate aliñado con AVOE Paella de polo con verduras Froita de tempada (1, 2, 4, 6)	5 Fabas con verduras e chourizo Hamburguesa fresca mixta á prancha con ensalada de leituga, cebola e cenoria aderezada con viangre , AVOE e sal Iogurt Bebible DANONE (6, 1, 5)	6 Arroz tres delicias (arroz, tortilla francesa, taquiños de xamón, gambas, chicharos e cenoria) Filete de merluza á romana Amorodos (2, 1, 4, 6)	7 Ensalada de pasta (pasta, ovo cocido, atún, paliños de caranguexo e maionesa) Peituga de polo empanada con ensalada de tomate aliñado con sal e AOVE Froita de tempada (2, 1, 4, 6)	8 Crema de cabaza e cenoria con picatostes Carne de tenreira estofada con verduras e patacas dourdas Iogurt Ecolóxico O REXO (6, 2)
11 Ensalada de tomate, sardiñas e aceitunas San Xacobo de xamón e queixo con patacas fritidas Froita de tempada (1, 2, 4, 6)	12 Sopa de ave e fideos Ovos á cubana con salsa de tomate, arroz e salchicha frescas Iogurt de Sabores DANONE (4,6)	13 Crema de calabacín con picatostes Filete de merluza á romana con puré de pataca Froita de tempada Amorodos (1, 2, 6)	14 Calamares á romana con tomate aliñado con sal e AOVE Albóndigas en salsa con arroz branco Froita de tempada (2, 4, 1)	15 Ensalada mixta (leituga, tomate, cebola, millo, cenoria) Pizza de xamón cocido e bacon Iogurt ecolóxico XANCEDA (2, 6)
18 Brocoli salteado con allo, taquiños de xamón cocido e AVOE Lomo de porco adobado á prancha con ensalada de leituga, cenoria e millo. Froita de tempada	19 Ensalada de tomate natural, cebola, aceitunas e sardiñas en conservas Tortilla de patacas con cebola e salsa de tomate Iogurt Bebible DANONE (1, 6, 4)	20 Lentellas con verduras e chourizo (lentellas, cenoria, porro) Bacalao á romana con arroz branco Froita de tempada (1)	21 Chicharos salteados con xamón Pasta boloñesa Iogurt ecolóxico CASA GRANDE XANCEDA (2,6)	22 Ovos recheos (atún e maionesa) Peituga de polo empanada con ensalada de tomate Amorodos (4, 1, 6) VACACIONES DE SEMANA SANTA

TÁBOA DE ALÉRXENOS

 PESCADO	 CONTIENE GLUTEN	 FRUTOS SECOS(3)	 HUEVOS	 GRANOS DE SÉSAMO	 LACTEOS
PEIXE (1)	GLUTEN (2)	FROITOS SECOS(3)	OVO(4)	SÉSAMO(5)	LACTOSA(6)

FELICES VACACIONES, VOLATAMOS O 2 DE ABRIL