

# MENÚ SETEMBRO

- Todos os menús van acompañados de pan 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.

	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
11 Crema de cenoria Hamburguesa de tenreira completa (leituga, tomate, cebola e queixo) en boliño de pan Froita de tempada (6, 2, 5)	12 Ensalada de pasta con atún, ovo cocido e maionesa Lomo adobado de porco con tomate aliñado con AOVE e sal Natillas de chocolate (1, 4, 2)	13 Sopa de fideos Albóndigas con cachelos Froita de tempada (2)	14 Arroz tres delicias (arroz, chícharos, cenorias, xamón cocido, tortilla francesa) Peituga de polo á prancha con allo e perexil Froita de tempada (4)	15 Ensalada mixta con leituga, cebola, tomate, atún, cenoria e millo aliñada con AOVE, sal e vinagre. Carne de tenreira estofada con verduras Iogurt Ecolóxico CASA GRANDE XANCEDA (1, 6)
18 Lentellas (verduras e chourizo) Costela de porco ao forno con ensalada de leituga, tomate e cebola Froita de tempada	19 Ensalada de tomate, sardiñas e aceitunas Pasta boloñesa Froita de tempada (1, 2)	20 Crema de calabacín con picatostes Paella de carne Brocheta de uvas e queixo (2, 6)	21 Croquetas de xamón con ensalada de leituga aderezada Merluza á romana con arroz branco Froita de tempada (2, 4, 1, 6)	22 Ensalada mixta (leituga, tomate, cebola, atún, millo e aceitunas) San Xacobo con patacas fritidas Iogurt Ecolóxico CASA GRANDE XANCEDA (1, 2, 4, 6)
25 Ovos recheos (atún e maionesa) Guiso de polo con verduras Iogurt Ecolóxico CASA GRANDE XANCEDA (4, 1, 6)	26 Sopa de fideos Merluza á romana con ensalada de tomate Froita de tempada (2, 1, 4)	27 Crema de cenoria e cabaza con picatostes Peituga de polo empanada con ensalada de leituga aliñada con AOVE, vinagre e sal Froita de tempada (2, 4)	28 Fabada con verduras e chourizo Hamburguesa á prancha con arroz e tomate. Froita de tempada	29 Calamares á romana Tortilla de patacas con cebola e calabacín. Leite Ecolóxico ECOLEIA con cacao e biscoito (2, 1, 4, 6)

TÁBOA DE ALÉRXENOS

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

**BENVIDOS AO NOVO CURSO, COMEZAMOS UNHA NOVA AVENTURA!**