

MENÚ ABRIL

	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
SEMANA 1		2 Xudías con xamón Ensalada de pasta (peixe, glute) Froita	3 Brócoli ao vapor Paella (peixe) Iogur (lácteos)	4 Ovos recheos (ovo) Peixe con ensalada (peixe) Froita	5 Crema de cenoria Polo ao forno con guarnición Iogur (lácteos)
SEMANA 2	8 Minestra de verduras Arroz á cubana (ovo) Iogur (Lácteos)	9 Sopa de verduras (glute) Merluza á romana con ensalada (peixe, ovo) Froita	10 Ensalada mixta Guiso de tenreira con patacas. Iogur (lácteos)	11 Empanada (glute, peixe) Salmón con minestra (peixe) Froita	12 Crema de verduras Lasaña de carne (glute) Froita
SEMANA 3	15 Ensalada e tomate, queixo e sardiñas (peixe, lácteos) Pasta carbonara (glute, lácteos) Iogur (Lácteos)	16 Coliflor gratinada (lácteos) Peixe con arroz (peixe) Froita	17 Ensalada de garavanzos Tortilla de patacas (ovo) Iogur (Lácteos)	18 Chícharos con xamón Fideuá (peixe) Iogur (lácteos)	19 Sopa (glute) Milanesa con puré de patacas (glute, ovo) Froita
SEMANA 4	22 Crema de verduras Ensalada de pasta (glute, peixe) Froita	23 Xudías con xamón Arroz con polo Iogur (lácteos)	24 Sopa (glute) Guiso de luras Froita	25 Revolto de gulas e gambas (ovo, peixe) Salmón á prancha con guarnición (peixe) Iogur (lácteos)	26 Ensalada mixta Lombo asado con patacas Froita
SEMANA 5	29 Crema de verduras Pasta boloñesa (glute) Froita	30 Lentellas Merluza á romana con ensalada (peixe, ovo)			

* Información de alérxenos entre paréntese. Adáptase o menú en función das alerxias ou intolerancias de cada usuario/a.

* A froita será de tempada.

* O menú pode variar de forma puntual debido a imprevistos.

