



MENÚ MARZO

LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

SEMANA 1

SEMANA 2

SEMANA 3

SEMANA 4

				Garavanzos con espinacas 1
				Pasta á carbonara (glute, lácteos)
				Froita
	4	5	6	7
Crema de cabaza	Revolto de cogomelos (ovo)	Xudías con xamón	Ovos recheos	Sopa de verdura 8
Arroz á cubana (ovo)	Peixe con ensalada (peixe)	Filete de tenreira con patacas	Paella (peixe)	Lasaña de carne (glute)
Iogur (Lácteos)	Froita	Iogur (lácteos)	Froita	Froita
11	12	13	14	15
Lentellas	Revolto de gulas e gambas (ovo, peixe)	Fabada	Brócoli ao vapor	Sopa (glute)
Pasta con atún (glute, peixe)	Salmón á plancha con minestra (peixe)	Chuleta de pavo con ensalada	Tortilla de patacas con ensalada (ovo)	Milanesa con arroz (glute, ovo)
Iogur (Lácteos)	Froita	Iogur (Lácteos)	Froita	Froita
18	19	20	21	23
Crema de verduras	Chícharos con xamón	Ensalada de garavanzos (lácteo, peixe)	Crema de cenoria	MENÚ ESPECIAL FIN TRIMESTRE
Pasta boloñesa (glute)	Guiso de luras (peixe)	Lombo de porco con patacas	Merluza á romana con ensalada (peixe)	
Froita	Iogur (lácteos)	Froita	Iogur (lácteos)	

* 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.