

MENÚ NOVIEMBRE 2023-24 **CEIP ARZÚA**

		MÉRCORES 1	XOVES 2	VENRES 3
			- pure de calabacín Macarróns con atún -iogurt sabores *	-Garavanzos caldosos* -pescado* temporada con ensalada mixta -froita
LUNS 6	MARTES 7	MERCORES 8	XOVES 9	VENRES 10
-arroz tres delicias - filete cerdo con ensalada mixta -froita	pure de verduras -guiso de polo con patacas guisadas -iogurt natural *	--Ensalada mixta -arroz con chipiróns* -froita	Garavanzos -pavo con patacas guisadas -iogurt sabores*	-macarrons á carbonara* -pescado temporada en salsa * -froita
LUNS 13	MARTES 14	MÉRCORES 15	XOVES 16	VENRES 17
-pure de verduras -albondigas *caseiras con arroz blanco -froita	-caldo* -croquetas caseiras*con tomate -iogurt sabores*	-crema de cenoria* -polbo* con patacas cocidas -froita	-fabada* -polo asado con ensalada leituga -iogurt natural*	-chicharos con cenoria -merluza á galega* -froita -
LUNS 20	MARTES 21	MÉRCORES 22	XOVES 23	VENRES 24
-Sopa fideos* -hamburguesas caseiras con ensalada de tomate e leituga -froita	-pure de verduras -macarróns* con atún* -queixo con marmelo *	-lentillas * - tortilla francesa* con leituga -froita	-caldo * -polo asado con ensalada -iogurt sabores*	-xudias con xamón -calamares *con patacas fritas -froita
LUNS 27	MARTES 28	MÉRCORES 29	XOVES 30	
-pure de calabacín -terneira con guarnición -froita	-coliflor con xamon -chipiróns*guisados -iogurt sabores*	-Spaguetti* con atun e salsa tomate natural -tortilla francesa* con xamon cocido -iogurt natural*	-sopa fideos* -pavo con patacas guisadas -froita	

Os menús poderan variar según existencias

A auga será sempre embotellada

*alérxenos

Dña.Cristina García Sánchez

(Diplomada en Nutrición Humana e dietética por la U.P.V)

