

MENÚ XANEIRO 2023-24 CEIP ARZÚA

LUNS 8	MARTES 9	MÉRCORES 10	XOVES 11	VENRES 12
-xudias con atun y tomate* -guiso terneira con tomate -iogurt natural*	-sopa fideos* -bolla de bacon *y queso caseira con ensalada de tomate -froita	-lentellas* - pavo guisado con patacas -iogurt sabores*	-caldo -polo ao curry con arroz -froita -	-Pure de verduras -salmón* ao forno con patacas cocidas -iogurt natural*
LUNS 15	MARTES 16	MÉRCORES 17	XOVES 18	VENRES 19
- tomate con sardiñas*en conserva -spagueti á carbonara -froita	lentellas * -tortilla* patacas con ensalada mixta -iogurt sabores*	- brocoli con xamón -Polo ao forno con patacas -froita	empanada caseira* -terneira asada con ensalada mixta -iogurt natural*	crema de cenoria -merluza* á galega con patacas cocidas -froita
LUNS 22	MARTES 23	MÉRCORES 24	XOVES 25	VENRES 26
-xudias con xamon -filete de lombo con ensalada mixta -iogurt sabores*	Crema de cabaciña -arroz con chipiróns -iogurt natural*	Coliflor con ovo* -Hamburguesas de polo caseiras con patacas fritas -Froita	-pure de verduras -macarróns *á boloñesa -iogurt sabores*	--fabada * -merluza á romana *con patacas cocidas -froita
LUNS 29	MARTES 30	MERCORES 31		
-ensalada mixta -fideos con atun* -queixo con marmelo*	-sopa cocido -cocido -froita	-chícharos con xamon -pavo con patacas guisadas -iogurt natural*		

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)

