



## MENÚS 1º TRIMESTRE CURSO 2023-2024

SETEMBRO	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
<b>Semana: 11 ao 15</b>	- Crema de cenoria - Pasta con atún - Froita	- Menestra de verduras - Paella - Froita	- Ensalada mixta -Hamburguesa con patacas fritas - Froita	- Ensalada de pasta - Pescada con leituga e tomate - Froita	- Potaxe de garavanzos - Empanada de atún -Iogur
<b>Semana: 18 ao 22</b>	- Crema de verduras. - Polo asado con champiñóns e patacas fritas. - Froita	- Ensalada de pasta - Maruca con pataca ao vapor. - Froita	- Crema de cenoria. - Fideo con polo - Froita	- Empanada de bacallau -Anilla de potón con ensalada de leituga e tomate. - Iogur	- Ensaladilla rusa. - Zorza con arroz. - Froita
<b>Semana: 25 ao 29</b>	- Lentellas con verduras - Pasta fresca con atún e tomate. - Froita	-Crema de cabaciño -Merluza ao forno con pataca ao vapor. -Froita	<b>FESTIVO LOCAL</b>	- Brócoli ao vapor con xamón e ovo. - Pizza de xamón e queixo - Froita	- Sopa de pasta. - Milanesa de polo con pataca ao vapor. - Xeado
OUTUBRO	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
<b>Semana: 2 ao 6</b>	- Ensalada tropical - Raxo con arroz. - Froita	- Crema de verduras. - Guiso de polo con pasta. - Froita	- Ensalada de pasta - Xoubas con leituga e tomate. - Froita	- Potaxe de garavanzos - Lombo asado con pataca ao vapor. - Iogur	- Crema de cenoria. - Guiso de luras - Froita
<b>Semana: 9 ao 13</b>	- Lentellas con verduras - Pasta con atún e tomate. - Froita	- Ensaladilla - Soia con pataca ao vapor - Froita	- Crema de verduras. - Estofado de polo. - Flan	<b>DÍA NON LECTIVO</b>	- Sopa -Hamburguesa de cenoria con leituga e tomate -Froita

<b>Semana: 16 ao 20</b>	- Caldo galego. - Zorza con arroz  - Froita	- Brócoli ao vapor con xamón e ovo. - Luras estofadas con verduras. - Queixo con marmelo.	- Sopa - Filete de polo con ensalada  - Froita	- Crema de cenoria. - Xarda á prancha con pataca ao vapor.  - Froita	- Lentellas con verduras - Empanada de carne  - Froita
<b>Semana: 23 ao 27</b>	- Ensalada mixta. - Macarróns con tomate e atún -Froita	- Lentellas con verduras. - Maruca ao forno con pataca ao vapor. -Froita	- Crema de verduras. - Raxo á prancha con arroz.  - Flan	- Fabada - Xoubiña frita con ensalada de leituga e tomate.  - Froita	- Sopa - Tenreira estofada con verduras.  - Froita.
<b>Semana: 30 outubro ao 3 novembro</b>	- Crema de verduras. - Pasta fresca con atún. - Froita	- Lentellas - Hamburguesa mixta con ensalada de leituga e tomate. - Iogur	<b>DÍA NON LECTIVO</b>	- Crema de cenoria. - Paella  - Froita	- Potaxe de garavanzos con repolo. - Troita asalmonada con pataca ao vapor. - Froita
<b>NOVEMBRO</b>	<b>LUNS</b>	<b>MARTES</b>	<b>MÉRCORES</b>	<b>XOVES</b>	<b>VENRES</b>
<b>Semana: 6 ao 10</b>	- Crema de cabaciño. - Pasta boloñesa. - Froita	-Brócoli con xamón e ovo. - Bacallau ao forno con pataca ao vapor. -Froita	- Sopa - Zorza con arroz - Queixo con marmelo	- Potaxe de garavanzos con repolo. -Anilla de potón con ensalada -Froita	- Crema de cabaza. - Lombo ao forno con patacas. - Froita
<b>Semana: 13 ao 17</b>	- Sopa  - Tortilla con ensalada - Froita	- Lentellas con verduras. - Salmón ao forno con ensalada. - Froita	- Crema de cenoria. - Lasaña de carne - Iogur	- Fabada  - Xoubas con pataca ao vapor. - Froita	- Sopa - Churrasco e criollo con ensalada. - Froita
<b>Semana: 20 ao 24</b>	- Caldo galego de grelos. - Macarróns con atún e tomate.  - Froita	- Potaxe de garavanzos con espinacas - Soia con pataca ao vapor  - Froita	- Crema de verduras. - Lombo asado con pataca frita.  - Flan	- Lentellas con verduras. - Xoubiña frita con ensalada.  - Froita	- Sopa. - Guiso de tenreira con verduras.  - Froita
<b>Semana: 27 novembro ao 1 decembro</b>	- Caldo - Paella de verduras.  - Froita	- Fabada - Bacallau ao forno con pataca ao vapor. - Froita	- Crema de verduras. - Albóndegas con arroz. - Iogur	- Brócoli ao vapor con xamón e ovo. - Guiso de luras con patacas. - Froita	- Sopa - Zorza con ensalada.  - Froita

DECEMBRO	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
<b>Semana: 4 ao 8</b>	- Lentellas - Pasta boloñesa. - Froita	- Crema de verduras. - Raxo con arroz. - Froita	<b>DÍA NON LECTIVO</b>	<b>DÍA DO ENSINO</b>	<b>DÍA NON LECTIVO</b>
<b>Semana: 11 ao 15</b>	- Lentellas - Pasta con atún - Froita	- Sopa - Pescada ao forno con pataca ao vapor -Froita	- Crema de cabaciño. - Paella. - Iogur	- Caldo - Bacallau á prancha con ensalada. - Queixo con marmelo	- Empanada de atún. - Lombo ao forno con pataca frita.  -Froita
<b>Semana: 18 ao 21</b>	- Crema de cenoria. - Guiso de polo con pasta -Froita	- Potaxe de garavanzos con repolo. - Anilla de potón con arroz. -Iogur	- Fabada - Hamburguesa de cenoria con leituga e tomate  -Froita	- Sopa -Costela asada con pataca frita - Sobremesa de Nadal	<b>VACACIÓNS DE NADAL</b>

Os menús poden sufrir variacións por problemas de almacén, de existencias ou por outras causas.

Brión, 15-09-2023.

**A comisión de comedor**