



Guía de axuda para programar os menús escolares

MES DE NOVIEMBRE DE 2022 – XUNTA

	DÍA 1 FESTIVO	DÍA 2 Sopa de fideos Filete de pescada en salsa verde con patacas logur	DÍA 3 Crema de brócoli Macarróns con atún Froita	DÍA 4 Ensalada de leituga, cebola, olivas e tomate Potaxe de garavanzos con carne Froita
		Sándwich de xamón e queixo con leituga e tomate + froita	Croca a prancha con cabaciña + froita	Revolto de tomate + froita
DÍA 7 Crema de verduras Canelóns con bechamel logur	DÍA 8 Ensalada mixta con tomate, cebola, millo e cenoria Arroz con luras e chícharos Froita	DÍA 9 Crema de xudías Tortilla con ensalada Froita	DÍA 10 Sopa de lágrimas Coliflor con chourizo e ovo Froita	DÍA 11 Ensaladiña rusa Fabas con verduras e carne Froita
Hamburguesa de salmón con espinacas + froita	Filete de lombo con parrillada de verduras + froita	Taco de xamón cocido e queixo + froita	Puré de verduras con picatoste e polo + iogur	Crema de cabaciña con queixo + froita
DÍA 14 Arroz tres delicias (chícharos, xamón, cenoria e ovo) Lentellas con verduras e carne Froita	DÍA 15 Crema de cabaza e cabaciña Polo o forno con arroz Froita	DÍA 16 Sopa marabilla Guiso de carne con patacas, chícharos e cenoria Froita	DÍA 17 Crema de coliflor Filete de pescada a vizcaina con patacas logur	DÍA 18 Crema de cabaciña Arroz con ameixas Froita
Milfollas de berenxena con xamón e queixo + froita	Xudías a galega con ovo cocido + lácteo	Repolo con filete de pescada a romana + froita	Pincho de porco e polo con ensalada + froita	Salmón a prancha con espárragos + froita
DÍA 21 Crema de allo porro, cenoria e acelga Macarróns boloñesa Froita	DÍA 22 Sopa de estreliñas e tropezóns de polo Xudías con pataca, ovo e chourizo Froita	DÍA 23 Crema de cabaciña, cabaza e cenoria Filete de pescada en salsa de cazola con patacas Froita	DÍA 24 Ensalada mixta con tomate, cebola e millo Potaxe de garavanzos con chourizo logur	DÍA 25 Crema de verduras Lombo de porco con arroz Froita
Pisto de verduras con ovo a prancha + froita	Lubina a espalda con ensalada + froita	Salteado de verduras con xamón cocido + froita	Peituga de polo con tomate + lácteo	Milfollas de berenxena, xamón e queixo + froita
DÍA 28 Sopa de fideos Tortilla con champiñóns e salsa de tomate Froita	DÍA 29 Xudías a galega Albóndegas con tomate e arroz logur	DÍA 30 Ensalada de pasta Lentellas con verduras e carne Froita		
Revolto de champiñóns e xamón + lácteo	Melón con xamón + lácteo	Peituga de polo a prancha con pataca cocida + froita		

RESTAURANTE SALA GRADIN CATERING
TELÉFONOS: 610432514