



COMEDOR ESCOLAR

MAIO 2024

2	XOVES	ENSALADA DE LEGUMES (fabas, cenoria, tomate natural, pemento roxo, ovo cocido e vinagreta)	PAELLA (arroz, polo, gambas, mexilóns e berberechos)	IOGUR
3	VENRES	REVOLTO DE OVOS, GAMBAS E CHAMPIÑÓNS	ESCALOPÍNS DE TENREIRA e ensalada de leituga.	FROITA
6	LUNS	FESTIVO		
7	MARTES	DIA NON LECTIVO		
8	MÉRCORES	ENSALADILLA RUSA (cenoria, xudias, chicharos, pataca, atún, olivas, mahonesa, aceite e vinagre).	ZORZA con arroz branco	MELOCOTON
9	XOVES	POTAXE DE GARAVANZOS (garavanzos, paleta de porco fresca, cenoria, cebola)	LIRIOS (frescos) fritos, rebozados en fariña de millo e ensalada de leituga	IOGUR
10	VENRES	SOPA DE VERDURAS (pasta, acelgas, cenoria)	POLO CON ALLO e patacas fritidas	FROITA
13	LUNS	ENSALADA DE ARROZ CON VERDURAS (arroz en branco, cenoria, brotes de soia, tomate natural, pemento, chicharos e olivas)	MILANESA DE PORCO patacas fritidas	QUEIXO CON MARMELO
14	MARTES	SOPA DE BROCOLI, CENORIA E PASTA	TORTILLA DE PATACAS E HUEVINA con chourizo e ensalada de leituga	FROITA
15	MÉRCORES	SARDINILLA (en conserva) e ensalada de leituga	ALBÓNDIGAS EN SALSA (Carne tenreira e porco) e arroz en branco	FROITA
16	XOVES	CALDO GALEGO (Repolió ou nabizas, pataca, fabas)	FILETE DE PESCADA (frita) OU A MARIÑEIRA e ensalada de leituga	IOGUR
17	VENRES	DIA DAS LETRAS GALEGAS		
20	LUNS	TORTILLA FRANCESA (Huevina) e ensalada de leituga	CARNE DE TERNERA GUISADA con patacas	NATILLAS
21	MARTES	COLIFLOR OU BROGOLI CON PATACAS, alfada e chourizo.	POLO O FORNO e patacas fritidas	FROITA
22	MÉRCORES	SOPA DE VERDURAS (pasta, acelgas, cenoria)	CALAMARES A ROMANA con ensalada de leituga	FROITA
23	XOVES	ENSALADA MIXTA (leituga, ovo, olivas, bonito, pauños de cangrexo, esparr, millo, aceite e vinagre)	COLAS DE RAPE con pataca cocida	IOGUR
24	VENRES	CREMA DE CENORIA (cenoria, porro, pataca)	PEITUGA DE POLO Á PRANCHA con menestra de verduras.	FROITA
27	LUNS	XUDIAS CON CHOURIZO (xudias, patacas e chourizo)	FIDEUA DE PEIXE (fideo, bacallao, mexilóns, gambas, tomate frito, pemento e cenoria)	PIÑA
28	MARTES	TOSTA CON XAMÓN SERRANO E TOMATE NATURAL	BACALLAU, MERLUZA ou ABADEXO (fresco) o forno con pataca cocida	FROITA
29	MÉRCORES	CREMA DE VERDURAS (Repolió, coliflor, cenoria, pataca, xudía, cebola, porro e leite)	ZORZA con arroz branco.	FROITA
30	XOVES	ENSALADA DE PASTA (Pasta, queixo, xamón, cenoria, bonito, ovo, olivas e maionesa)	PAVO O FORNO CON MINESTRA DE VERDURAS (Xudias, guisante, cenoria e champiñón)	IOGUR
31	VENRES	LENTELLAS ESTOFADAS (tomate frito, cebola, cenoria, lacón fresco)	CHURRASCO DE PORCO, CRIOLLO e ensalada de leituga	FROITA