

LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

1

LENTELLAS GUISADAS CON VERDURA E ARROZ  
TORTILLA PAISANA  
ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA E TOMATE  
FROITA

2

SOPA DE VERDURAS CON PASTA  
COCIDO COMPLETO CON GARAVANZOS, PITO, CENORIA, PATACA E REPOLO  
POSTRE DE SOIA VEGETAL

3

CREMA DE CENORIAS  
SALMÓN Á PRANCHA  
ESPAGUETIS SALTEADOS  
FROITA

6

FESTIVO

7

POTAXE DE GARAVANZOS VERDURAS E PASTA  
TORTILLA DE GAMBAS E CHAMPIÑÓNS  
ENSALADA DE TOMATE, CEBOLA E OLIVAS  
POSTRE DE SOIA VEGETAL

8

FESTIVO

9

ESPAGUETIS CON TOMATE  
PAVO AO FORNO  
LEITUGA, MILLO E MAZÁ  
FROITA

10

XUDÍAS VERDES CON XAMÓN  
BACALLAU GUISADO CON PATACA E CHÍCHAROS  
FROITA

13

CREMA DE VERDURAS  
MILANESA DE POLO  
ENSALADA DE PATACA, PEMENTOS, REMOLACHA E TOMATE  
FROITA

14

ESTOFADO DE FABAS CON VERDURA E ARROZ  
REVOLTO DE OVOS E BACALLAU  
FROITA

15

COLIFLOR SALTEADA  
PESCADA EN SALSA VERDE  
PATACA COCIDA  
FROITA

16

CREMA DE CHÍCHAROS CON PICATOSTES  
COELLO ASADO  
ARROZ CON VERDURAS  
FROITA

17

ENSALADA DE PASTA  
ATÚN Á PRANCHA  
ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA E TOMATE  
POSTRE DE SOIA VEGETAL

20

FEIXÓN BRANCAS CON VERDURAS  
LOMBO DE PORCO AO FORNO  
ARROZ CON PEMENTOS  
FROITA

21

ENSALADA COMPLETA (TOMATE ATUN ESPARRAGUEIRAS E ACEITUNÁS)  
GRELOS CON PATACAS  
FROITA

NOTAS: Non utilizar ingredientes que conteñan o alérgeno non tolerado (ler a etiquetaxe) e evitar a contaminación cruzada con este durante o proceso.





Dámosche a benvida ao  
noSo Comedor  
eScolar Seguro!

Comeza  
cun bo  
**ALMORZO**



Pan, cereais  
ou derivados



Leite ou  
derivados



Froita fresca  
e hortalizas



Se Comemos:

- Cereais, féculas ou legumes
- Verduras
- Carne
- Pescado
- Ovo
- Froita
- Lácteos

Podemos cear:

- Hortalizas crúas ou legumes cocidos
- Cereais ou féculas
- Peixe ou ovo
- Carne magra ou ovo
- Pescado ou carne magra
- Lácteos ou froita
- Froita

**OS GARDIANS DA SAÚDE**



1  
Estamos preparados para garantir  
a seguridade dos nenos e nenas na  
aula-comedor.

2

Desenvolvemos e implantamos os nosos  
Protocolos de Seguridade e Prevención,  
verificados por Bureau  
• Veritas Certification.



BUREAU  
VERITAS

3

O benestar de todas as familias  
é a nosa prioridade.

Notas:

Empresa adherida ao PLAN de colaboración para a mellora da composición dos alimentos e bebidas e outras medidas 2020.  
En caso de alerxias ou intolerancias procurar manter unha boa alimentación substituíndo os alimentos non tolerados por outros dentro da mesma familia. A nosa empresa somete a conxelación o peixe que vaia ser consumido cru ou pouco feito segundo establece o RD 1420/2006. Segundo o establecido no RE 1169 /2011, a coxina dispón de información sobre o contido de alérxenos nos menús elaborados.

  
Scolarest