

LUNS

MARTES

MÉRCORES

XOVES

VENRES

1

SOPA DE PASTA
FILETE DE SARDINA O FORNO CON PEREXIL
ARROZ BRANCO
IOGUR NATURAL

4

ENSALADA DE PATACAS, ATUN E OVO
SALMÓN Á PRANCHA
ENSALADA VERDE
IOGUR NATURAL

5

BRÓCOLI AO ALLO
TERNERA ASADA
GU ARROZ BRANCO SALTEADO CON ALLO E PEREXIL
IOGUR NATURAL

6

ENSALADA DE PASTA CON LEITUGA, CEBOLA E PEPINO
PESCADA A ROMANA
GU ESPARRAGUEIRAS
IOGUR NATURAL

7

OVOS A CAZOLA CON CABACIÑA
ENSALADA DE LEITUGA E CEBOLA
IOGUR NATURAL

8

CREMA FRÍA DE ALLOS PORROS E PATACAS
COELLO ASADO
ESPAGUETIS SALTEADOS
IOGUR NATURAL

11

NON LECTIVO

12

FESTIVO

13

CREMA DE CABACIÑA
LOMBO DE PORCO AO FORNO
IOGUR NATURAL

14

ACELGAS REFOGADAS
PALOMETA E PATACAS A FORNO
LEITUGA E CEBOLA
IOGUR NATURAL

15

ENSALADA DE LEITUGA E CEBOLA
OVOS REVOLTOS
ARROZ BRANCO
IOGUR NATURAL

18

CREMA DE ALLOS PORROS
TORTILLA DE PATACAS
LEITUGA E CEBOLA
IOGUR NATURAL

19

ENSALADA DE LEITUGA E CEBOLA
ESPAGUETIS SALTEADOS CON ALLO E PEREXIL
IOGUR NATURAL

20

COLIFLOR CON PATACAS
ARROZ BRANCO CON CHAMPIÑÓNS
IOGUR NATURAL

21

CREMA DE CABACIÑA
FILETE DE POLO EN SALSA
LEITUGA E CEBOLA
IOGUR NATURAL

22

ENSALADA DE LEITUGA E CEBOLA
SALMÓN Á PRANCHA
PATACAS COCIDAS
IOGUR NATURAL

25

ENSALADA DE LEITUGA E CEBOLA
POLO AO FORNO
GU ARROZ BRANCO SALTEADO CON ALLO E PEREXIL
IOGUR NATURAL

26

SALPICÓN (SALMÓN, MEXILLÓNS E PATACAS)
TORTILLA DE ESPINACAS E CHAMPIÑÓNS
IOGUR NATURAL

27

CREMA DE CABACIÑA
TERNERA EN SALSA
IOGUR NATURAL

28

BRÓCOLI REHOGADO
FILETE DE MERLUZA O FORNO
GU PATACA ASADA
IOGUR NATURAL

29

SOPA DE PASTA
FILETE DE SARDINA O FORNO CON PEREXIL
ARROZ BRANCO
IOGUR NATURAL



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:	Podemos cear:
Cereais, féculas ou legumes	Hortalizas crúas ou legumes cocidos
Verduras	Cereais ou féculas
Carne	Peixe ou ovo
Pescado	Carne magra ou ovo
Ovo	Pescado ou carne magra
Froita	Lácteos ou froita
Lácteos	Froita

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

OS GARDIANS DA SAÚDE



2

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



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.

