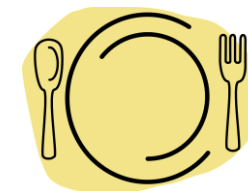




CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA
CEIP Nosa Señora das Dores – Forcarei
 Rúa Maleitas s/n-36550 Forcarei (Pontevedra) Tf.: 886.15.19.68/69 Fax: 886.15.19.70
 E-mail: ceip.nosasenora.dores@edu.xunta.es Web: [ceipnosasenoradores](http://ceipnosasenoradores.es)



MENÚ ESCOLAR DO 3 AO 28 DE OUTUBRO DO 2022

DATA	PRIMEIRO PRATO	SEGUNDO PRATO	SOBREMESA
3/10/22	Caldo de repolo	Carne de tenreira guisada con fideos	Froita de tempada
4/10/22	Crema de cenoria	Rabas fritidas con patacas cocidas	Froita de tempada
5/10/22	Arroz tres delicias	Tacos de lombo de porco á prancha	Crema de chocolate
6/10/22	Empanada de atún	Lentellas estufadas con verduras	Froita de tempada
7/10/22	Minestra de verduras	Lirios con patacas cocidas	Froita de tempada
10/10/22	Revolto de cogomelos	Boloñesa de polo	Froita de tempada
11/10/22	Sopa	Salmón á prancha con patacas panadeiras	Froita de tempada
12/10/22			
13/10/22	Xudías con tomate	Polo guisado con pasta	Froita de tempada
14/10/22	Sardiñas con olivas	Albóndegas con arroz	logur de Casa Xanceda
17/10/22	Ensalada de leituga, tomate, queixo e noces	Tortilla de patacas con febra	Froita de tempada
18/10/22	Ensaladilla rusa	Chipiróns fritidos con leituga	Doce
19/10/22	Cocido		Bebible de fresa
20/10/22	Sopa	Tacos de pavo á prancha con tomate	Froita de tempada
21/10/22	Empanada de friame	Potaxe de garavanzos con bacallau e espinacas	Froita de tempada
24/10/22	Ensalada de tomate	Fingers de polo con puré de patacas	Froita de tempada
25/10/22	Crema de cabaza	Pasta con atún	Froita de tempada
26/10/22	Ensalada mixta (leituga, tomate, olivas, cenoria e cebola)	Churrasco ,criollo e patacas fritidas	Queixo con marmelo
27/10/22	Croquetas de xamón	Lombo embuchado á prancha con arroz branco	Froita de tempada
28/10/22	Brócoli, chourizo, ovo e patacas cocidas.		Piña en caldo de azucre
31/10/22			

PEQUENOS CAMBIOS

PARA COMER MILLOR



máis Froitas e hortalizas Legumes Froitos secos Vida activa



cambiar a Auga Alimentos de tempada e proximidade Aceite de oliva



menos Sal Azucres Carne vermella Produtos ultraprocesados

Os menús estarán suxeitos a cambios por múltiples causas