

MENÚ ESCOLAR (OUTONO-INVERNO)

SEMANA	Primeira	Segunda	Terceira	Cuarta
LUNS	Minestra de verduras. Guiso de tenreira. Froita .	Ensalada de mexillóns, ovo cocido, xoubas e olivas. Pasta con carne,ou con atún e salsa de tomate. Froita.	Xudías con pavo. Lombo con arroz branco, salsa de tomate. Froita.	Minestra de verduras. Tortilla de pataca con ensalada, ou con salchichas. Froita.
MARTES	Fabada de verduras. Peixe á prancha con ensalada. logur.	Ensalada de arroz con maionesa. Linguado á prancha con tomate. Froita.	Potaxe de garavanzos. Salmón á prancha con ensalada. Froita.	Caldo de grelos. Peixe á prancha con tomate. Crema ou flan de vainilla.
MÉRCORES	Sopa de fideos. Albóndegas ou hamburguesas de pavo con puré. Froita.	Crema de verduras. Milanesa de polo con patacas fritas. Petit suisse.	Sopa de fideos. Costela ao forno ou tenreira asada con patacas fritas. logur.	Sopa de fideos ou de peixe. Raxo de pavo ou filete de tenreira con patacas. Froita.
XOVES	Caldo de grelos. Peixe en salsa con pataca cocida. Froita.	Espinacas. Rape ou bonito en salsa con patacas cocidas. Froita.	Brócoli con allada. Bacallau en salsa con cachelos. Froita.	Crema de cenoria. Peixe en salsa con cachelos ou polbo á feira. logur ou Petit-suisse.
VENRES	Ovos recheos. Arroz con polo. Froita.	Empanada de atún ou croquetas e empanadillas. Lentellas guisadas. Froita.	Sopa de verduras. Zancos de polo con guarnición. Froita.	Chícharos con xamón ou con pavo. Arroz á mariñeira. Froita.

NOTA: Os menús modificaranse segundo as necesidades da cociña, subministracións ou celebracións especiais.

Pratos con dúas variedades, alternaranse. A froita será variada (mazá, uva, fresa, kiwi, laranxa, plátano, cirola, etc.)