

COMEDOR ESCOLAR CEIP O COTO. MENÚ SETEMBRO 2023

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
11 brócoli espaguete boloñesa froita	12 sopa bacallau ao forno iogur	13 crema de cenoria polo asado con patacas froita	14 ensalada de pasta peixe con ensalada cremas	15 ensalada de xudías xamón asado con arroz froita
18 FESTIVO LOCAL	19 sopa estrelas polo con verduras e arroz froita	20 ensalada de garavanzos croquetas con ensalada froita	21 crema de cabaza salmón con patacas froita	22 ensalada mixta albóndegas con arroz flan
25 minestra fideos con costela froita	26 lentellas peixe con ensalada iogur	27 ensalada de fabas ragut de pavo froita	28 ensalada rusa luras con ensalada froita	29 sopa de fideo zorza con patacas xeado

ESTE MENÚ PODE ESTAR SUXEITO A CAMBIOS MOTIVADOS POR PROBLEMAS CON PROVEEDORES OU PERSOAL DE COCIÑA.. MENÚ APROBADO POLO CONSELLO ESCOLAR O

COMEDOR ESCOLAR CEIP O COTO. MENÚ OUTUBRO 2023

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
2 chícharos con xamón tenreira con pasta froita	3 crema de cabaza caldeirada de raia iogur	4 fabada croquetas con ensalada froita	5 ensalada de arroz bacallau ao forno froita	6 lentellas tortilla con ensalada xeado
9 minestra macarróns con atún froita	10 ensalada de garavanzos peixe con ensalada iogur	11 ensalada de pasta luras con ensalada froita	12 FESTIVO	13 sopa de fideo polo con verduras e arroz cremas
16 brócoli fideos con costela froita	17 crema de cabaciña guiso de pota ensalada de froitas	18 sopa xamón asado con arroz flan	19 ensalada rusa peixe con ensalada froita	20 ensalada mixta albóndegas con arroz iogur
23 ensalada de fabas macarróns con carne picada froita	24 sopa de estrelas salmón con patacas iogur	25 crema de cenoria hamburguesa con queixo e ensalada froita	26 lentellas chulas de bacallau con ensalada froita	27 ensalada mixta costela e criollo con patacas fritidas chocolatina
30 xudías con xamón espagueti con polo e verduras froita	31 crema de verduras marmitako iogur			

ESTE MENÚ PODE ESTAR SUXEITO A CAMBIOS MOTIVADOS POR PROBLEMAS CON PROVEEDORES OU PERSOAL DE COCIÑA.. MENÚ APROBADO POLO CONSELLO ESCOLAR O

COMEDOR ESCOLAR CEIP O COTO. MENÚ NOVEMBRO 2023

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
		1 FESTIVO	2 sopa de fideos salchichas con arroz ovo e salsa de tomate froita	3 pizza merluza en salsa verde froita
6 chícharos con xamón tenreira con pasta froita	7 potaxe de garavanzos peixe con ensalada iogur	8 crema de cabaza ragut de pavo con arroz froita	9 pasta con verduras luras con ensalada cremas	10 lentellas tortilla con ensalada froita
13 minestra macarróns con atún froita	14 crema de verduras guiso de pota pexego en xarope	15 sopa xamón asado con arroz froita	16 caldo paella froita	17 ensalada mixta costela e criollo con patacas iogur
20 brócoli espaguete boloñesa froita	21 crema de cabaciña caldeirada de raia iogur	22 sopa peixe polo asado con patacas fritidas froita	23 garavanzos con chourizo chulas de bacallau con ensalada flan	24 sopa zorza con patacas froita
27 xudías con xamón macarróns con carne picada froita	28 lentellas peixe con ensalada iogur	29 crema de cenoria albóndegas con arroz froita	30 fabada croquetas con ensalada froita	

ESTE MENÚ PODE ESTAR SUXEITO A CAMBIOS MOTIVADOS POR PROBLEMAS CON PROVEEDORES OU PERSOAL DE COCIÑA.. MENÚ APROBADO POLO CONSELLO ESCOLAR O

COMEDOR ESCOLAR CEIP O COTO. MENÚ DECEMBRO 2023

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
			1	1 caldo hamburguesa con ensalada chocolatina
4 chícharos con xamón tenreira con pasta froita	5 sopa caldeirada de raia froita	6 FESTIVO	7 FESTIVO	8 FESTIVO
11 brócoli fideos con costela froita	12 crema de verduras guiso de pota pexego en xarope	13 sopa de peixe ragut de pavo con arroz froita	14 caldo bacallau ao forno froita	15 lentellas tortilla con ensalada iogur
18 minestra macarróns con atún froita	19 sopa de fideo salmón con patacas iogur	20 garavanzos con chourizo chulas de bacallau con ensalada froita	21 MENÚ DE NADAL	

ESTE MENÚ PODE ESTAR SUXEITO A CAMBIOS MOTIVADOS POR PROBLEMAS CON PROVEEDORES OU PERSOAL DE COCIÑA.. MENÚ APROBADO POLO CONSELLO ESCOLAR O

COMEDOR ESCOLAR CEIP O COTO. MENÚ XANEIRO 2024

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
8 xudías con xamón espaguete boloñesa froita	9 potaxe de garavanzos pescada en salsa verde iogur	10 crema de cabaza ragut de pavo con arroz froita	11 fabada croquetas con ensalada iogur	12 sopa de estrelas xamón asado con arroz froita
15 chícharos con xamón tenreira con pasta froita	16 crema de verduras guiso de pota pexego en xarope	17 sopa de peixe polo asado con patacas fritas froita	18 pasta con verduras luras con ensalada cremas	19 lentellas tortilla con ensalada froita
22 minestra macarróns con atún froita	23 crema de cabaciña caldeirada de raia iogur	24 sopa guiso de polo con cabaza e patacas froita	25 caldo paella froita	26 crema de cenoria hamburguesa con queixo e ensalada chocolatina
39 brócoli espaguete boloñesa froita	30 lentellas peixe con ensalada iogur	31 crema de verduras albóndegas con arroz froita		1

ESTE MENÚ PODE ESTAR SUXEITO A CAMBIOS MOTIVADOS POR PROBLEMAS CON PROVEEDORES OU PERSOAL DE COCIÑA.. MENÚ APROBADO POLO CONSELLO ESCOLAR O

COMEDOR ESCOLAR CEIP O COTO. MENÚ FEBREIRO 2024

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
			1 empanada marmitako flan	2 sopa de fideo xamón asado con arroz froita
5 chícharos con xamón tenreira con pasta froita	6 potaxe de garavanzos bacallau ao forno iogur	7 crema de cabaza ragut de pavo con arroz froita	8 fabada luras con ensalada cremas	9 ensalada mixta costela e criollo con patacas iogur
12	13	14	15 brócoli fideos con costela froita	16 lentellas tortilla con ensalada froita
19 minestra macarróns con atún froita	20 crema de verduras guiso de pota pexego en xarope	21 sopa de estrelas hamburguesa con ensalada froita	22 caldo paella froita	23 sopa de peixe polo asado con patacas fritas froita
26 xudías con xamón macarróns con carne picada froita	27 lentellas peixe con ensalada iogur	28 sopa de fideo salchichas con arroz ovo e salsa de tomate froita	29 fabada croquetas con ensalada iogur	

ESTE MENÚ PODE ESTAR SUXEITO A CAMBIOS MOTIVADOS POR PROBLEMAS CON PROVEEDORES OU PERSOAL DE COCIÑA.. MENÚ APROBADO POLO CONSELLO ESCOLAR O

COMEDOR ESCOLAR CEIP O COTO. MENÚ MARZO 2024

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
				1 pizza marmitako froita
4 chícharos con xamón tenreira con pasta froita	5 potaxe de garavanzos pescada en salsa verde iogur	6 crema de cabaza ragut de pavo con arroz froita	7 pasta con verduras luras con ensalada cremas	8 lentellas tortilla con ensalada froita
11 minestra macarróns con atún froita	12 crema de verduras guiso de pota pexego en xarope	13 sopa de estrelas guiso de polo con cabaza e patacas froita	14 caldo paella froita	15 crema de cenoria xamón asado con arroz iogur
18 brócoli fideos con costela froita	19 crema de cabaciña caldeirada de raia iogur	20 sopa de peixe polo asado con patacas fritas froita	21 xudías con ovo e tomate empanadillas flan	22 sopa de estrelas zorza con patacas froita
SEMANA SANTA				

ESTE MENÚ PODE ESTAR SUXEITO A CAMBIOS MOTIVADOS POR PROBLEMAS CON PROVEEDORES OU PERSOAL DE COCIÑA.. MENÚ APROBADO POLO CONSELLO ESCOLAR O

COMEDOR ESCOLAR CEIP O COTO. MENÚ ABRIL 2024

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
1 VACACIÓNS DE SEMANA SANTA	2 xudías con xamón macarróns con carne picada fresas con iogur	3 lentellas peixe con ensalada froita	4 crema de verduras albóndegas con arroz froita	5 empanada bacallau ao forno iogur
8 minestra pasta con atún froita	9 crema de cabaciña guiso de polo con cabaza e patacas froita	10 sopa de fideo salmón con patacas froita	11 ensalada de pasta luras con ensalada cremas	12 ensalada mixta costela e criollo asados con patacas froita
15 brócoli espaguete boloñesa fresas con iogur	16 crema de verduras guiso de pota froita	17 xudías con ovo e tomate hamburguesa con ensalada froita	18 ensalada rusa peixe con ensalada froita	19 lentellas tortilla con ensalada iogur
22 ensalada de fabas macarróns con carne picada froita	23 crema de cenoria caldeirada de raia iogur	24 ensalada mixta albóndegas con arroz froita	25 ensalada de garavanzos chulas de bacallau con ensalada flan	26 sopa de peixe polo asado con patacas fritidas xeado
29 sopa de fideos pasta con polo e verduras froita	30 fabada croquetas con ensalada froita			

ESTE MENÚ PODE ESTAR SUXEITO A CAMBIOS MOTIVADOS POR PROBLEMAS CON PROVEEDORES OU PERSOAL DE COCIÑA.. MENÚ APROBADO POLO CONSELLO ESCOLAR O

COMEDOR ESCOLAR CEIP O COTO. MENÚ MAIO 2024

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
		1 FESTIVO	2 ensalada de garavanzos chulas de bacallau con ensalada	3 pizza marmitako froita
6 chícharos con xamón tenreira con pasta fresas con iogur	7 potaxe de garavanzos peixe con ensalada froita	8 crema de cabaza ragut de pavo con arroz froita	9 caldo paella froita cremas	10 lentellas tortilla con ensalada froita
13 minestra macarróns con atún froita	14 crema de verduras hamburguesa con queixo e ensalada pexego en xarope	15 sopa polo asado con patacas fritidas froita	16	17 FESTIVO
20 brócoli fideos con costela froita	21 crema de cabaciña caldeirada de raia iogur	22 ensalada mixta albóndegas con arroz iogur	23 ensalada de pasta luras con ensalada flan	24 ensalada de xudías zorza con patacas froita
27 xudías con xamón macarróns con carne picada froita	28 ensalada de arroz peixe con ensalada iogur	29 sopa milanese con ensalada froita	30 empanada bacallau ao forno froita	31 ensalada mixta xamón asado con arroz xeado

ESTE MENÚ PODE ESTAR SUXEITO A CAMBIOS MOTIVADOS POR PROBLEMAS CON PROVEEDORES OU PERSOAL DE COCIÑA.. MENÚ APROBADO POLO CONSELLO ESCOLAR O

COMEDOR ESCOLAR CEIP O COTO. MENÚ XUÑO 2024

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
3 chícharos tenreira con pasta fresas con iogur	4 crema de cabaza caldeirada de raia froita	5 fabada croquetas con ensalada froita	6 ensalada de pasta pescada en salsa verde iogur	7 lentellas tortilla con ensalada froita
10 minestra macarróns con atún froita	11 crema de verduras guiso de pota iogur	12 ensalada de arroz milanesa con ensalada froita	13 empanada bacallao ao forno cremas	14 ensalada mixta xamón asado froita
17 ensalada de fabas macarróns con carne picada froita	18 sopa salmón con patacas iogur	19 crema de cenoria albóndigas con arroz froita	20 ensaladilla luras con ensalada froita	21 MENÚ DE FIN DE CURSO

ESTE MENÚ PODE ESTAR SUXEITO A CAMBIOS MOTIVADOS POR PROBLEMAS CON PROVEEDORES OU PERSOAL DE COCIÑA.. MENÚ APROBADO POLO CONSELLO ESCOLAR O