


MENÚ NOVEMBRO 2022

CEIP RAMÓN DE VALENZUELA

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
	1 	2 CREMA DE CABAZA PAELLA PIÑA	3 SOPA CON FIDEOS FILETES DE PAVO CON ENSALADA CAMPESIÑA CLEMENTINA	4 EMPANADA DE XAMÓN E QUEIXO LIRIOS CON ENSALADA DE PERA MAZÁ
7 CREMA DUBARRY TORTILLA CON ENSALADA CLÁSICA IOGUR DE LIMÓN	8 GRELOS Á GALEGA SOLOMBO DE PORCO CON ARROZ MANDARINA	9 LENTELLAS ESTOFADAS SALMÓN CON ENSALADA MIXTA FLAN DE OVO	10 BRÉCOL REFOGADO POLO CON CUSCÚS MELÓN	11 CREMA DE VERDURAS FIDEOS CON SEPIA IOGUR DE COCO
14 SOPA XULIANA HAMBURGUESA ARTESÁ E PATACAS FRITIDAS PLÁTANO	15 ENSALADA MARIÑEIRA TALLARÍNS CON VERDURAS E POLO KIWI	16 POTAXE CON ACELGAS LOMOS DE XARDA CON PATACAS AO FORNO XELATINA DE AMORODO	17 ENSALADA CÉSAR CALDEIRETE DE TENREIRA GUISADA CLEMENTINA	18 SALTEADO DE GUI SANTES BACALLAU Á GALEGA PERA
21 COLIFLOR CON ALLADA ARROZ CON COELLO IOGUR DE MACEDONIA	22 SOPA CON ESPINACAS MERLUZA CON PATACAS COCIDAS MAZÁ	23 CALDO GALEGO ALBÓNDEGAS CON PATACAS FRITIDAS MELÓN	24 SOPA DE ESTRELAS FILETE DE PESCADA CON ENSALADA MIXTA CLEMENTINA	25 POTAXE DE GARAVANZOS CROQUETAS CON ENSALADA CLÁSICA IOGUR BEBIBLE
28 CREMA CAMPEIRA SEGREDOS DE PORCO CON ESPAGUETES AO WOK MAZÁ	29 FABADA PIZZA DE XAMÓN E QUEIXO MELOCOTÓN	30 CREMA DE CENORIA ARROZ CON CHOUPA PERA		



REFRANEIRO DESTE MES:
CABAZAS COLORIDAS,
EN OTOÑO RECOLLIDAS.



**O MENÚ PODERÁ SUFRIR
MODIFICACIÓN DE MANEIRA
OCASIONAL PENSANDO SEMPRE
NO BO FUNCIONAMENTO DO
SERVIZO DE COMEDOR.**



**FOMENTAMOS O CONSUMO DE
ALIMENTOS PROPIOS DA NOSA
HORTA ESCOLAR E CERCANOS A
NÓS.**

Observacións:

Este menú contén os seguintes alérxenos:

GLUTE LEITE OVO PEIXE MOLUSCOS CRUSTÁCEOS ALTRAMUCES SOIA



* Ensalada campesiña: leituga, garavanzos, queixo e aceitunas.

* Ensalada clásica: leituga, tomate, cebola.

* Ensalada mariñeira: leituga, tomate, ovos, sardiñas.

* Ensalada mixta: leituga, tomate, cebola, aceitunas.

* Ensalada César: Leituga, queixo, polo, picatostes de pan

* Caldo galego: faba, verduras, patacas.

* Crema campeira: cenoria, cabaza, tomate e cebola.