

MENÚ OUTUBRO 2023

CEIP RAMÓN DE VALENZUELA

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
2 CREMA DE VERDURAS, ESPAGUETES A BOLOÑESA SANDIA	3 ENSALADIÑA RUSA FILETE DE PAVO CON ENSALADA CLÁSICA AMEIXA	4 SOPA XULIANA PESCADA CON PATACAS AO FORNO PLATANO	5 ENSALADA MIXTA FIDEUA DE PESCADO MAZA	6 MINESTRA TORTILLA CON TOMATE IOGUR NATURAL
9 CALDO GALEGO CROQUETAS CON ENSALADA MIXTA IOGUR DE LIMON	10 LENTELLAS PIZZA DE XAMÓN E QUEIXO MOUSSE NATURAL	11 CREMA DE CENORIA ALBONDEGAS CON ARROZ MELON	12 	13 
16 REPOLO CON ALLADA MACARRÓNS CON ATÚN CLEMENTINA	17 GARAVANZOS CON VERDURAS CHIPIRÓNS CON ARROZ PETIT SUISSE	18 ENSALADA MARIÑEIRA FILETE DE POLO CON PATACAS FRITIDAS SANDIA	19 CREMA DUBARRY SAMÓN CON ENSALADA MIXTA MAZÁ	20 SALTEADO DE GUISANTES BACALLAU Á GALEGA IOGUR BEBIBLE
23 BRECOL REFOGADO TALLARÍNS CON POLO IOGUR DE MACEDONIA	24 SOPA DE ESTRELIÑAS POLBO CON CACHELOS MELON	25 ENSALADIÑA RUSA FILETE DE PAVO CON ENSALADA CLÁSICA AMEIXA	26 CREMA DE CABAZA GUIZO DE CHOUPA UVAS	27 REVOLTO DE ESPINACAS ARROZ CON COELLO E VERDURAS IOGUR DE FRESA
30 CREMA CAMPEIRA POLO CON ESPAGUETES AO WOK MAZÁ	31 FABADA PESCADA Á ROMANA CON PATACA COCIDA FLAN DE OVO			



**FROITA ESTRELA
DESTE MES:
AGUACATE**



**O MENÚ PODERÁ SUFRIR
MODIFICACIONES 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 campesina: 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.