


# MENÚ SETEMBRO 2023

CEIP RAMÓN DE VALENZUEL

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
4 	5 	6 	7 	1 8 
11 ENSALADA MIXTA FILETE DE POLO CON PATACAS FRITAS MELON	12 BRÉCOL REFOGADO FIDEUA DE RAPE CLAUDIA AMARELA	13 ENSALADIÑA RUSA FILETE DE PESCADA CON ENSALADA CLÁSICA IOGUR DE LIMÓN	14 CREMA DE CENORIA TORTILLA CON TOMATE SANDÍA	15 MINESTRA BACALLAU Á GALEGA PERA
18 ENSALADA CESAR CALDEIRETE DE TENREIRA IOGUR DE MACEDONIA	19 LENTELLAS VEXETAIS PIZZA NAPOLITANA MAZÁ	20 SOPA DE ESTRELAS SALMÓN CON ENSALADA MIXTA MELON	21 XUDÍAS REFOGADAS ALBONDEGAS CON ARROZ UVAS	22 ENSALADA DE PASTA PESCADA CON ENSALADA CLÁSICA IOGUR BEBIBLE
25 REPOLO CON REFRITO MACARRONS CON ATUN MAZÁ	26 ENSALADA DE CANÓNICOS E TOMATE CHERRY ARROZ CON COELLO NECTARINA	27 OVOS RECHEOS POLO CON COUSCOUS SANDIA	28 CALDO GALEGO CAZÓN CON CHAMPIÑONS SALTEADOS AMEIXA	29 SOPA DE FIDEOS TORTILLA CON TOMATE, MILLO E OLIVAS IOGUR NATURAL



**FROITA ESTRELA  
DESTE MES:  
FIGO**



**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.