





Comedor escolar

**Curso
2021-22**

abril

DÍAS		1º PRATO		2º PRATO		SOBREMESA
Venres	1	Crema de cenorias (pataca, cenoria, cebola)		Macarróns c/boloñesa de pavo (pavo, pasta, cebola, tomate)		Iogur natural 

Luns	4	Pizza (tomate, queixo, champiñóns, xamón)	  	Tenreira asada c/patacas da avoa e gornición (tenreira, viño branco, cebolas, allos, patacas, coles de bruselas, cenorias e chicharos)		Froita	
Martes	5	Potaxe de garavanzos c/verduras (garavanzos, espinacas e cenorias)		Corvina ao forno c/arroz en branco e ensalada (lubina, cebola, arroz, leituga e tomates)		Natillas	
Mércores	6	Crema de cabaciño (pataca, cabaciño, cebola)		Milanesa de pavo c/pataca frita (pavo, pataca)		Melocotón en almíbar	
Xoves	7	Coliflor á galega (coliflor, aceite, allo e pemento)		Rape ao forno c/arroz en branco e tomate (salmón e arroz en branco con tomate)		Iogur bebible	
Venres	8	Sopa de letras (fideos, ósos para o caldo de carne)		Zorza c/pataca cocida (chourizo, patacas)		Froita	

Luns	11	DIA NON LECTIVO					
Martes	12	DIA NON LECTIVO					
Mércores	13	DIA NON LECTIVO					
Xoves	14	DIA NON LECTIVO					
Venres	15	DIA NON LECTIVO					

CEIP PLURILINGÜE DE
SIGÜEIRO

Luns	18	DIA NON LECTIVO					
Martes	19	Ensalada de pasta (pasta, atún, ovo, millo, cenoria, tomates, maionesa)		Raxo c/ patacas fritidas e gornición (carne de porco, allo, viño branco e patacas, chícharos e cenorias)		Flan	
Mércores	20	Lentellas (lentellas, porro, cebola, cenorias)		Merluza á romana c/ arroz en branco e ensalada (merluza, arroz, leituga e tomates)		Bol de melocotón en almíbar e piña	
Xoves	21	Chícharos c/xamón (chícharos e xamón cocido)		Tortilla española c/ensalada (patacas, ovos, leituga e tomates)		Froita	
Venres	22	Xudías c/chourizo (Xudías e chourizo)		Arroz c/bacallau (migas de bacallau, tomate, cenorias, allos, cebola, pementos, chícharos e arroz)		Iogur natural	

Luns	25	Crema de verduras (cabaciño, cebola, porro, cenoria, coliflo r, xudías)		Milanesa de tenreira c/pataca ao vapor (Filete de tenreira rebozado en fariña con pataca cocida)		Froita	
Martes	26	Empanada de atún (cebola, atún)		Troita á prancha c/arroz branco e gornición (troita, arroz e verduras)		Queixo c/marmelo	
Mércores	27	Sopa de estreliñas (fideos, ósos para o caldo de carne)		Macarróns con polo (pasta, cebola, viño branco, polo)		Froita	
Xoves	28	Breco c/allada e ovo (breco, allos, pemento e ovo)		Luras c/ensalada (calamares, fariña, leituga, cebola, tomate)		Iogur natural	
Venres	29	Ensalada de pasta (pasta, atún, ovo, millo, cenoria, tomates e maionesa)		Espagueti con boloñesa de pavo (carne de pavo, pasta, cebola, tomate)		Brownie de chocolate	

CEIP PLURILINGÜE DE SIGÜEIRO

*A froita será variada e de tempada.

**Este menú pode sufrir variacións en función do mercado.

***Neste menú inclúense os alérxenos presentes en cada prato. No caso de intolerancia a algún alimento, debe informarse á cociña para que se coñeza e establezan as medidas para evitar as trazas e/ou adaptar o menú.



SOIA



PEIXE



MOSTAZA



MOLUSCOS



LÁCTEOS



OVOS



SÉSAMO



GLUTE



FROITOS
DE CASCA



SULFITOS



CRUSTÁCEOS



CACAHUETES



APIO



ALTRAMUCES