

















Curso 2021-22 Comedor escolar Febreiro

DÍAS		1º PRATO		2º PRATO		SOBREMESA	
Martes	1	Pizza (tomate, queixo, champiñóns, xamón)	  	Bacallau á galega con pataca ao vapor e gornición (Bacallau, allos, patacas, chícharos, coles de bruselas e cenorias)		Macedonia de froitas	
Mércores	2	Chícharos c/xamón cocido (chícharos, xamón)		Macarróns con boloñesa de pavo (carne de pavo, pasta, cebola, tomate)	 	Natillas	
Xoves	3	Lentellas (lentellas, cebola, pementos, porro e tomate natural)		Rape ao forno c/arroz en branco e tomate (rape e arroz en branco con tomate)	 	Bol de kiwi e mazá	
Venres	4	Sopa de estreliñas (estrelas, ósos para o caldo de tenreira e cenorias)		Raxo c/ patacas fritidas (carne de porco, allo, viño branco e patacas fritidas)		Froita	







Luns	7	Crema de cabacino (pataca, cabacino, cebola)		Tenreira á xardineira (tenreira, viño branco, cebola, chícharos, cenoria, patacas, pementos)		Froita	
Martes	8	Sopa de fideos (fideos, ósos para o caldo de carne)		Cocido (repolo, garavanzos, porco, tenreira, pataca, unto, chourizos)		Queixo c/marmelo	
Mércores	9	Coliflor á galega (coliflor, aceite, allo e pemento)		Merluza á romana c/ arroz en branco (Merluza, arroz en branco)	 	Froita	
Xoves	10	Menestra de verduras (coliflor, xudías, alcachofa, cenoria, acelga, espinaca)		Tortilla española c/tomates (patacas, ovos, tomates)		Copa de chocolate	

**CEIP PLURILINGÜE DE
 SIGÜEIRO**

ceip.sigüeiro@edu.xunta.es
 www.edu.xunta.gal/centros/ceipsigüeiro/

Venres	11	Empanada de atún (cebola, atún)	 	Luras c/ensalada (luras, fariña, leituga, cebola, tomate)	 	Froita	
--------	----	------------------------------------	--	---	--	--------	--

Luns	14	Crema de cabaza (pataca, cabaza, cebola)		Tenreira asada c/patacas da avoa (croca de tenreira, viño branco, cebolas, allos, cenorias patacas)		Froita	
Martes	15	Xudías c/chourizo (Xudías e chourizo)		Salmón ao forno c/arroz en branco e gornición (salmón, cebola, arroz, coles de bruselas, chicharos e cenorias)	 	Iogur natural	
Mércores	16	Sopa de estreliñas (estreliñas, ósos para o caldo de tenreira e cenorias)		Milanesa de pavo c/ensalada (pavo, leituga e tomates)		Bol de froitas de tempada	
Xoves	17	Potaxe de garavanzos c/verduras (garavanzos, espinacas e cenorias)		Filete de abadexo c/ensalada combi (abadexo c/leituga folla de roble, tomate, cebola e noces)		Flan	
Venres	18	Crema de verduras (cabaciño, cebola, porro, cenoria, coliflo rxudías)		Espagueti con atún (atún, pasta, cebola, tomate)	  	Froita	

Luns	21	Crema de cenoria (pataca, cenoria, cebola)		Zancos de polo ao forno c/verduras (zancos, cebola, zanahoria, chicharos...)		Melocotón en almíbar	
Martes	22	Sopa de fideos (fideos, ósos para o caldo de carne)		Callos (Carne de tenreira, porco, chourizo e garavanzos)		Iogur bebible	
Mércores	23	Coliflor á galega (coliflor, aceite, allo e pemento)		Troita á prancha c/arroz branco e tomate (troita, arroz en branco, tomate)	 	Froita	



XUNTA DE GALICIA

CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

Avda. Grabanxa, 43 Sigüeiro – Oroso 15888
Telf. 881 866202 Fax 881 866206

CEIP PLURILINGÜE DE SIGÜEIRO

ceip.sigüeiro@edu.xunta.es
www.edu.xunta.gal/centros/ceipsigüeiro/

Xoves	24	Ensalada mixta (leituga, atún, ovo, millo, espárrago)		Xamón asado c/patacas da avoa (Xamón de porco, cebola, viño branco, patacas, cenorias e chícharos)		Bol de froita de tempada	
Venres	25	Sopa de fideos (fideos, ósos para o caldo de carne)		Luras c/ensalada (luras, fariña, leituga, cebola, tomate)		Postres de carnaval	

Luns	28	DIA NON LECTIVO					
-------------	-----------	------------------------	--	--	--	--	--

*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