

MENÚS OUTONO-INVERNO *CEIP TERRA CHÁ 2023-2024*

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
Sopa Costela o forno con pementos. Froita.	Lentellas. Merluza con cachelos iogur	Crema de cabaza Pechuga de polo con pataca fritida. Queixo con marmelo.	Xudias con xamón e ovo. Pescado do día con ensalada. Froita	Paella de carne. Calamares a romana con ensalada iogur
Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
Fabas estofadas. Lomo adobado con arroz. Froita.	Ensalada de pasta Pescada o forno con cachelos. Iogur	Crema de verduras. Tortilla con ensalada de tomate. Flan.	Empanada bacalao con ensalada. Froita	Menestra de verdura e ovos cocidos. Filete de polo con Patacas. iogur.
Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
Lentellas. Pizza de xamón cocido e queixo Iogur	Macarróns con atún. Pescada á romana con ensalada. Froita	Caldo de repolo. Traseiros de polo ó forno con pataca fritida. froita	Arroz de pavo e verduriñas Pescado do día con chícharos. Natillas	Crema de calabacín San xacobe con pemento verde. Iogur
Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
Sopa de fideos. Albóndegas de porco con arroz e salsa de tomate iogur.	Ensalada de tomate, sardiñas, cebola, ovo, esparrago e olivas. Salmón a plancha con cachelos. Froita.	Menestra con ovos. Lacón asado con pataca fritida. iogur	Lentellas estofadas Estofado de calamares con arroz blanco Melocotón en xarope.	Crema de cabaza. Lasaña de carne. Queixo con marmelo
Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
Potaxe de garbanzos. Filete de polo empanado con patacas. Froita.	Macarrons a boloñesa Merluza o forno con ensalada de tomate.	Guisantes con xamón Costela estofada con cachelos Iogur	Croquetas Pescado do día con patacas fritidas Froita	Sopa de fideos Tortilla de pataca con ensalada Flan

Os menús poderán sufrir modificacións debido a imprevistos. Os menús de outono e inverno poden conter alérxenos. (lácteos, froitos secos, peixe, gluten, ovos, crustáceos...)

